

ឆ្លាក់ឆ្លាំថ្មីឱ្យត្រូវតាមការស្រមៃ



ហេម : ពិន សំខុន

ខ្មែរប្រាំង បាននាំមកនូវ រូបភាពជាច្រើននាឱកាស ចូលឆ្នាំថ្មី ឆ្នាំថោះ ព.ស ២៥៥៥ ដែលសហគមន៍ ខ្មែរ ក៏ដូចជា ថៃ ឬកូម៉ា ចេញមកទទួលទេវ តាថ្មីប្រកបដោយ សេចក្តីសង្ឃឹម ទឹកមុខរីករាយ សំលៀកបំពាក់វប្បធម៌ ជាតិថ្មីៗត្រូវ ឱ្យត្រូវតាម ។

សេចក្តីបង្ហាញ ក្លាយជាពរជ័យ ក្លាយជាឧទ្ទិស ស្ថានសួគ៌រកភាពចម្រើនចំរើនក្នុងគ្រួសារ រកសេចក្តី សុខទាំងបច្ចុប្បន្ន ទាំងជាតិណាៗទៅមុខទៀត បាន ហោះហើរចេញពីគ្រប់មាត់ ពីក្រអៅបេះដូង ហើយ សង្ឃឹមយ៉ាងមាំមួន ទេវតាថ្មីប្រាកដជាបានឮ ហើយ ប្រទានពរស្របតាមបំណងប្រាថ្នា ។

ក្នុងពិធីនៃថ្ងៃចូលឆ្នាំថ្មីនេះ ហើរ ហោះហុយទ្រលោមទំនងជាអាចនាំយកសម្លេងបន្ត ស្រន់ទៅដល់វត្តសក្តិសិទ្ធ ដែលទើបនឹងត្រូវដង្ហែរ ជុំវិញភ្នំព្រះសុមេរុ និងជុំវិញសកល លោកនាថ្ងៃទី១៤ មេសា ២០១១ ព.ស ២៥៥៥ នោះបាន ។

បំណងប្រាថ្នាធំៗដែលប្រជាជនតែងតែអុជចូរបន្តស្រន់ គឺសុំ ឱ្យបានសុខសប្បាយចម្រើនច្រើន រកស៊ីកាក់កប់មានបាន បន្ទាប់មក គេតែងឮសុំឱ្យសុខភាពល្អ ជួបតែ មនុស្សដែលនាំមកនូវលាភសក្ការៈ (តទៅទំព័រ ១១)



Cambodian New Year in the Lynn and Revere Massachusetts

Staff Writer: Audria Chea
The rich tradition of Cambodian New Year Celebration has been marked at the end of the harvesting season. The beginning of the New Year's Day usually falls on either April 13th or 14th. The celebration lasts for three days. Traditionally during this time the farmers take time to enjoy the fruits of their labor before the rainy season begins.
Cambodian living abroad who left Cambodia by either choice or forced of wars chooses to celebrate the New Year during the weekends throughout the month of April and early May.

Cambodian uses both the Buddhist Era Calendar and Christ Calendar. The Buddhist Era this year is 2555 BE and Christ is 2011 A.D (Anno Domini, means "in the Year of Our Lord"). The New Year Celebration is in accustom to the Theravada Buddhism practices, where each year represented by each of the 12 animals calendar year; accompanied by each deity; who transported by each animal on the first day of the New Year replacing the one before.
The angels also served and secured the safe journey of the deity to earth each year.
(Continued to page15)



ចូលឆ្នាំថ្មីនៅសមាគមខ្មែរ

ព្រឹត្តិបត្រខ្មែរ : ភ្ញៀវប្រមាណ៥០០នាក់ បានមកជួបជុំគ្នាអភិវឌ្ឍន៍ក្នុងភាពរីកចម្រើន ចូលឆ្នាំថ្មីរបស់សហគមន៍ខ្មែរ ក្រុងហ្វីលាដេល្វា ថ្ងៃសៅរ៍ ទី៩ ខែមេសា ឆ្នាំ២០១១ ។
ស្របគ្នានឹងការចាប់ផ្តើមថ្មីៗ ផ្កាឈើតូចៗ ចេញផ្កាបន្តបន្ទាប់គ្នា ភាគីសមាសរសហគមន៍ខ្មែរ

ថ្ងៃនោះ មានភាពចម្លែកច្រើនជុំពួក ។ ដំបូងគឺ ថ្មី គ្រឿងតែសំបុត្រចូលមកតម្លៃខ្ពស់ តែភ្ញៀវបានទិញ សំបុត្រចូលពេញអស់ តាំងពីមុនពេលបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មី ជាស្រេច បានន័យថា ពុំមែនតម្លៃសំបុត្រទេដែល ទប់ស្កាត់ការចេញមកចូលរួមល្បែងភោជនាគារ (តទៅទំព័រ ០៣)



GATEWAY FAMILY DENTAL

NOW OPENED AT GATEWAY CENTER II

151 WARREN STREET, SUITE 120
LOWELL, MA 01852 (978) 905-0035
(Same building as Social Security/near life courthouse)

DR. SERENA B. CHUOP

Dr. Serena B. Chuop was born in Cambodia. She received her Bachelor of Science from Boston University and went on to graduate from Boston University Goldman School of Dental Medicine in the year 2000. For over 10 years, she has been in private practices providing all aspects of General Dentistry. Dr. Chuop has opened a brand new state of the art dental practice that includes digital x-ray, paperless patient chart system, and brand new dental equipments.

DENTAL SERVICES INCLUDING:

- CLEANING
- FILLINGS
- BONDINGS
- COSMETIC DENTISTRY
- CROWNS BRIDGES
- DENTURES
- IMPLANTS
- EXTRACTIONS
- TEETH WHITENING
- VENEERS
- EMERGENCY DENTAL TREATMENT
- ROOT CANAL TREATMENT
- DENTAL SERVICES TO CHILDREN

សេវាពេទ្យស្តង់ដារសម្រាប់គ្រួសារ:

- សំអាតធ្មេញ
- បំពេញធ្មេញ
- ប្រើសំបកស្រោចធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ
- ធ្វើសក់ស្រស់ធ្មេញ

MOST DENTAL INSURANCES ACCEPTED INCLUDING MASSHEALTH FOR KIDS/FINANCING AVAILABLE

យើងទទួលទូទាញ អ៊ីនស័រ៉ង់ Masshealth for Kids
យើងទទួលការបង់ប្រាក់ប្រចាំខែ
CALL FOR YOUR FREE CONSULTATION (978) 905-0035



ពេទ្យធ្មេញសម្រាប់គ្រួសារ ហ្គ ឌួង

466 Merrimack Street. Lowell, MA 01854
(Near City Hall)/ 978-441-1005

HOA DUONG, D.M.D., P.C.
GENERAL DENTISTRY

គ្រូពេទ្យជំនាញនិងមានបទពិសោធន៍
ច្រើនឆ្នាំក្នុងការពិនិត្យ
ថែរក្សា និងព្យាបាលជម្ងឺធ្មេញទូទៅ



Open: Monday, Tuesday, Wednesday, and Friday
from 10 a.m. – 6 p.m.

Saturday: from 10 a.m. – 4 p.m.

Closed: Thursday & Sunday

We accept all dental insurance & Medicaid



យើងទទួលយកគ្រប់ក្រុមហ៊ុន
ធានារ៉ាប់រងសុខភាព និងការធានារ៉ាប់រង
សុខភាពមនុស្សចាស់

យើងបើកទ្វារទទួលភ្ញៀវ ៥ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍
បិទទ្វារ : ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ និងថ្ងៃ អាទិត្យ

ទូរស័ព្ទដើម្បីណាត់ជួប (978) 441-1005

ម៉ោងធ្វើការពីម៉ោង 10ព្រឹក ដល់ 6ល្ងាច

ថ្ងៃសៅរ៍ ពីម៉ោង 10ព្រឹក ដល់ 4ល្ងាច

យើងមានបុគ្គលិកនិយាយភាសាខ្មែរ

តមកទំព័រទី ០១

ចូលឆ្នាំចោះនៅសមាគមខ្មែរ...

របស់សមាជិកសហគមន៍ខ្មែរនោះទេ គឺប្រាកដជា គុណភាពនៃការរៀបចំយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ទទួល ភ្ញៀវ ហើយនិងឆ្លើយតបដោយភាពទុកចិត្តលើស្មារតី សមាគម ថានឹងបន្តបម្រើសមាគមខ្មែរឱ្យរីកចម្រើនប្រសើរ ដដែល។ ទីពីរ ភាពផ្ដើមរដូវផ្ដាំរីក ហាក់ដូចជាទទួល ជូនយុវវ័យដែលយប់នោះ ភាពរីករាយ គ្មានមន្ទិល គ្មានទំនាស់ គ្មានសត្រូវបានកើតឡើង កុមារាកុមារី យុវជនយុវនារី បានរាំតន្ត្រីក្នុងកម្មវិធី តាំងពីរបាំជូន ពរ រហូតដល់ការរាំកំសាន្តជាសាធារណៈ ធ្វើឱ្យគេ ឃើញភាពរស់រវើកនៃសម័យថ្មីមួយ បានលេចចេញ មក យុវជន ឬយុវចាស់លោកវាទនីមួយៗ ស្មារតីនឹង ស្មា ដោយស្អាតស្អំ ដោយគ្មានប្រកាន់។ ណែនាំ ពន្យល់ដោយពិធីករចំណាន ដែលមិនភ្លេចពន្យល់ពី គ្រប់ជ្រុងជ្រោយនៃពិធីបុណ្យ គឺអ្នកស្រី សាអ៊ុំ លីម និងលោក រឿម ឡុង ធ្វើឱ្យពិធីដែលចាប់ផ្ដើមពីម៉ោង

៦ បានចប់សព្វគ្រប់យ៉ាងលំបាកនៅម៉ោង ១១ ភ្ញៀវខ្មែរ និងអាមេរិកាំង នៅទទួលបានចប់កម្មវិធី។ ក្នុងសាលដ៏ទូលាយ មានឆាកដ៏ធំសម្រាប់បង្ហាញ កម្មវិធី ដែលទាំងអស់គ្នាអាចមើលឃើញពីចម្ងាយ សមាជិករបស់សហគមន៍បានខិតខំបំពេញតួនាទីតាម តម្រោងដែលបានត្រៀមទុក៦ខែមកហើយ ក្នុង ភាពល្អឥតខ្ចោះ។ អ្នកស្រី រីង សិន និងអ្នកស្រី ស៊ិន ឌី លើកនេះបានបង្ហាញស្នាដៃដ៏កន្ត្រាក់សមាគម ដោយមិនចាំបាច់រត់។ ការងារបានរំកិលទៅមុខ ដោយមិនចាំបាច់បង្ហាញមុខចេញបញ្ឆោត ហើយភាគី នោះ គុណសម្បត្តិការងារស្ម័គ្រចិត្ត និងដោយការ ព្យាយាមបានត្រូវបង្ហាញជារង្វាន់ដល់អ្នកស្រី ពុទ្ធវិ ឡុង និង ឡានីកា អង់ប៉ាក់ ម្តាយនិងកូន ដែលម្តាយ ដឹកនាំចូលនារីប្រធានរបស់សមាគម រីងកូនស្រីដឹកនាំ នាថ្នាក់នៃចលនាយុវវ័យ និងកុមារ ដោយគ្មានសំចៃ

កម្លាំង និងពេលវេលា។ ភ្ញៀវនាភាគីនោះ គឺ ម៉ាតិល ណាម៉ូ អភិបាល ក្រុងហ្សឺណែវដែលហៀរ តំណាងឱ្យសមាជិកព្រឹទ្ធសភា រដ្ឋ គីតនីន លោកនាយកការិយាល័យសុខភាព ចិល្វាបណ្ឌិត អេរីន អ៊ីម ។ មានគណៈក្រុមប្រឹក្សា សាលាក្រុងខាងត្រើងភ្នំ និងសុភា តេក់ឃើញ

បេក្ខជនជាតិអាស៊ី សម្រាប់តំណែងគណៈក្រុមប្រឹក្សា អភិបាលក្រុង ដេវីដ អូ ក៏បានចូលរួមដែរ។ ដេវីដ អូ បាននិយាយប្រាប់កាសែតខ្មែរថ្មីថា "ខ្ញុំមានសង្ឃឹមថា លើកនេះខ្ញុំនឹងឈ្នះបានតំណែង ក្រុងនោះជាមិនខាន កាលពីលើកមុនខ្ញុំបាញ់សន្លឹក ឆ្នោត ដោយការប្រព្រឹត្តមិនសុចរិតរបស់គូប្រឆាំងខ្ញុំ



យុវសិប្បករ



លោក ដេវីដ អូ



ឥឡូវអ្នកទាំងនោះកំពុងជាប់គុកដោយអំពើទុច្ចរិត របស់ខ្លួន នៅលើកនេះខ្ញុំគ្មានអ្នកប្រជែងនឹងខ្ញុំទៀត ទេ"។

ថ្វីត្បិតតែពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំរបស់សមាគមខ្មែរ ប្រចាំក្រុងហ្សឺណែវដែលហៀរ មានលាយពណ៌នយោបាយ ខ្លះៗក៏ដោយក្តី គឺជាឱកាសជួបប្រជុំស្រ្តីយុវនារីទាំង សហគមន៍ខ្មែរដ៏ប្រសើរបំផុត ហើយក៏ជាឱកាសឱ្យ តំណាងនៃសហគមន៍ខ្មែរមួយនេះ បានបញ្ចេញស្នាដៃ នៃការខិតខំប្រឹងប្រែងចងក្រងសាមគ្គីភាព លើក ដំកើរវប្បធម៌ជាតិ និងបង្ហាញការរីករាយក្នុងភាព ថ្លៃថ្នូរយ៉ាងគត្រឹកត្រង់បានដែរ ។ **ពិន សំខុន**

ភោជនីយដ្ឋាន ណាម វង (ភ្នំពេញ)
Nam Vang Restaurant

571 Unit#1 Adams Svenue. Philadelphia, PA 19120
(Inside Hong Kong Market) **(215) 742-9488**

ប្រែប្រួលថ្លៃលោកអ្នកអាចពិសោធក្រឡាត ត្រប់លេចពិធីបុណ្យ បុត្រា៖ ទុន ឬ អាវុត្តា ហើយជាពិសេស មានចំណីពេញលេញ

១_មុនជំនាញខាងម្ហូបខ្មែរ យ៉ាងចំណាន បុត្រា៖ - គុយទាវភ្នំពេញ - គុយទាវ ហ្វឹម-ខគោ - មីក្នុងទាំង គោរសាច់គោ - មីក្នុងទាំង គោរសាច់សមុទ្រ - បាយគោរសាច់មុខ - សាច់គោរសាច់ ចង្កាក់ ជាមួយជ្រូកល្អ	២_មុនជំនាញខាងម្ហូបក្រណាម ល្អយ៉ាងចំណី បុត្រា៖ - ទំបៀកទឹកត្រីពិសេស - ទំបៀកបាត ឬសាច់គោរសាច់ - ខគោ ទំបៀក ឬ មី និងគុយទាវ - បាយសាច់គោរសាច់ ឬសាច់មាន់រាំង
---	---

Open 7 days a week from 9a.m-9p.m
បើក 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យពីម៉ោង-9-ព្រឹក-ដល់-9-ល្ងាច

ក្រុមហ៊ុន ទេសចរណ៍
CENTURY TRAVEL & SERVICE CENTER

904 South 8th Street. Philadelphia, PA 19147
Tel : 215-625-2889; Fax : 215-625-9395
Cell : 267-934-9888; Email : centuryphl@yahoo.com

- បំរើលោកអ្នកដោយគ្រប់ក្រុមហ៊ុន	● Serve all Airlines
អាកាសចរណ៍ សំរាប់ដំណើរហើរក្នុង និងក្រៅស្រុក	● Domestic & Intl. flights
- ជួយរកអ្នកនាំផ្លូវជូនដំណើរ	● Tour Arrangements
ទស្សនកិច្ចធ្វើការ	● Passport Extension
- ពន្យល់ខិតខំផ្លូវដែនខ្មែរ	● Khmer Laissez- Passer
- ធ្វើលិខិតអន្តោប្រវេសន៍	● Immigration
- ធ្វើប្រាក់ប្រថាប់ត្រាបញ្ជាក់	● Tourist Visa
លើលិខិតជាផ្លូវការ	● Notary Public

OFFICE Hours :
Mon - Sat 10:00 A.M - 6:00 P.M
Sun : 12:00 P.M - 5:00 P.M

We Speak Khmer, Chinese, Vietnamese
យើងនិយាយភាសាខ្មែរ_ភាសាចិន_ភាសាវៀតណាម

ប្រវត្តិរណសិរ្សជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ រ.ជ.រ.ប.ខ លោកតា ស៊ីន សាន



ហោយ : ម៉ែ យ៉ែ

...សូមប្រើប្រាស់អ្នក អានសារព័ត៌មាន ខ្មែរឫស្សី សហរដ្ឋអាមេរិក ជាទីមេត្រី រាប់អាន ខ្ញុំបាទឈ្មោះ ម៉ែ យ៉ែ ជាអ្នកនិពន្ធប្រវត្តិរណសិរ្ស ជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ រ.ជ.រ.ប.ខ សូមជំរាប បញ្ជាក់ថា : ដើម្បីជាកិច្ចចាប់ផ្តើម ខ្ញុំបាទសូមលើក យកមូលហេតុសំខាន់ៗ មកធ្វើជាកម្មវត្ថុយោងជំរាប ជូនជាមុនសិន។ ពីព្រោះមានមូលហេតុជាច្រើនមុន ពេលដែលបណ្តាលឱ្យកើតមានការចាប់បង្ខំសន្និ កកើតឡើងនៃរណសិរ្សជាតិនេះ មានដូចតទៅ :

១. ព្រឹត្តិការណ៍មុនឆ្នាំ១៩៧០
២. សង្គ្រាមចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃទី១៨ ខែមីនា ឆ្នាំ ១៩៧០ដល់១៩៧៥ ដោយសារមានហេតុការណ៍ កើតឡើងដូចតទៅនេះ :

- វិបត្តិនយោបាយនៃចលនាសង្គមរាស្ត្រនិយម
- ដោយសារដកហូតអំណាចពីប្រមុខរដ្ឋប្រធាន ចលនាសង្គមរាស្ត្រនិយម
- ដោយសារកងទ័ពយួនយឺតយ៉ាវ ចូលមកបោះ ទីតាំងទីតាំងក្នុងទឹកដីប្រទេសខ្មែរ តាមបណ្តោយ ព្រំដែន
- ដោយសារមានការជួយឧបត្ថម្ភពីមេដឹកនាំខ្មែរ ក្នុងគ្រប់មធ្យោបាយ មានការផ្តល់អាវុធ គ្រប់រំសេវ សម្ភារៈសឹក និងស្បៀងអាហារដល់ទ័ពព្រៃយួន យឺតយ៉ាវ
- ដោយសារបណ្តាលឱ្យសេដ្ឋកិច្ចខ្មែរត្រូវធ្លាក់ ចុះស្ទើរដល់ចំណុចសូន្យ
- ដោយសារបណ្តាលឱ្យមហាជនស្ថេរជាតិខ្មែរ គ្រប់មជ្ឈដ្ឋាន ត្រូវតែរួមសាមគ្គីគ្នាប្រឆាំងនឹងការ ដឹកនាំរបស់ប្រមុខរដ្ឋខ្មែរ ក្នុងករណីរឿងកងទ័ពយួន យឺតយ៉ាវនេះ រហូតបណ្តាលឱ្យមានការវាយប្រយុទ្ធ គ្នាយ៉ាងសាហាវយោធាបំផុត តាមការស្នើសុំរបស់ អតីតប្រមុខរដ្ឋ ទៅដល់កងទ័ពយួនយឺតយ៉ាវឱ្យ ជួយវាយដំលើយកម្ពុជាជាប្រទេសឯមួយ។

៣. សង្គ្រាមបានចាប់ទៅនៅថ្ងៃទី១៧ ខែមេសា ឆ្នាំ១៩៧៥ ដោយសារជួយជំនះកងទ័ពខ្មែរក្រហម ក្រោមការដឹកនាំរបស់សម្តេច សីហនុ ខៀវ សំផន ប៉ុល ពត រួចហើយបានដឹកនាំប្រទេសខ្មែរពីឆ្នាំ១៩៧៥ ដល់១៩៧៨ (ព្រឹត្តិការណ៍សម្លាប់ឆ្នាំ១៩៧៧ ដោយ ក្រុមសម្លាប់មួយក្រុម ដើម្បីផ្តល់រំលងខ្មែរក្រហម ខៀវ សំផន និងមានព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗ កើតមាន នៅក្នុងសម័យនោះ ១៩៧៥-១៩៧៨) ។

៤. ការត្រួតត្រាលើប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ របស់ខ្មែរ ក្រហមកម្ពុជាប្រជាធិបតេយ្យ ដោយមាន ជន្លៀស ប្រជាពលរដ្ឋចេញពីទីក្រុងទៅកាន់ជនបទ ស្ថានភាព រស់នៅក្នុងជនបទមានការបង្ខំឱ្យធ្វើការ ការបង្កាត់ អាហារ ការលើស្លាប់ ការកាប់សម្លាប់ ការបំបិទ សិទ្ធិសេរីភាពប្រជាពលរដ្ឋ ។ល។និង ។ល។

៥. ការព្រឹត្តិរបស់កម្មាភិបាលគ្រប់ជាន់ថ្នាក់ (អង្គការ) ដូចជា

- ការមានទំនាស់គ្នារវាងកម្មាភិបាលនៃភូមិភាគ នីមួយៗ
- ទំនាស់រវាងកងទ័ពខ្មែរក្រហម និងកម្មាភិបាល
- ការកាប់សម្លាប់គ្នាឯង រវាងភូមិភាគ១ និង

ភូមិភាគមួយទៀត

៦. ការសម្លាប់ប្រជាពលរដ្ឋដោយផ្តាស់ និង ដោយប្រយោល ដោយសារតែកំហុសបន្តិចបន្តួច ដូចជា បំពេញការងារពុំបានសម្រេចដោយខុស សីលធម៌... ។ល។

៧. ស្ថានភាពរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋ នៅ ពេលកងទ័ពយួនចូលវាយលុកលុយនាចុងឆ្នាំ១៩៧៥ - សកម្មភាពកងទ័ពយួនក្រហមទៅលើប្រជា- ពលរដ្ឋខ្មែរ

- ការផ្គត់ផ្គង់ម្ហូបអាហារ, ការយោសា, ការ ស្រាវជ្រាវរករកជនប្រឆាំងកងទ័ពយួន និងការរត់ ភៀសខ្លួនចេញទៅកាន់ជ្វាដែនខ្មែរ-ថៃ ។

៨. សកម្មភាពរបស់អង្គការមនុស្សធម៌អន្តរជាតិ នៅក្នុងជំរឿនសង្គ្រាម ឆ្នាំ១៩៧៥

- ការផ្គត់ផ្គង់ម្ហូបអាហារ និងសម្ភារៈប្រើប្រាស់ ចាំបាច់សម្រាប់ការរស់នៅ
- សកម្មភាពជួយសង្គ្រោះជនដែលមានជម្ងឺគ្រប់ ប្រភេទ ដោយក្រុមគ្រូពេទ្យអន្តរជាតិនៃអង្គការ កាកបាទក្រហមអន្តរជាតិ
- ការសង់មន្ទីរពេទ្យ, ការបង្កាត់បង្រៀនដល់ បុគ្គលិកពេទ្យ, ការបង្កាត់បង្រៀនកិច្ចការរដ្ឋបាល និងសង្គមកិច្ច
- ការទទួលយកជនជាតិខ្មែរ ឱ្យចេញទៅរស់នៅ ប្រទេសទី៣ ដោយសារប្រទេសលោកសេរី មាន ដូចជា សហរដ្ឋអាមេរិក ប្រទេសបារាំង ប្រទេស កាណាដា ប្រទេសអូស្ត្រាលី ប្រទេសកូរ៉េសេឡូង ប្រទេសជប៉ុន និងប្រទេសស៊េរីផ្សេងៗទៀតជាច្រើន

៩. ស្ថានភាពរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ នៅ ក្នុងប្រទេសខ្មែរ ចាប់តាំងពីឆ្នាំ១៩៧៥ រហូតមកដល់ សព្វថ្ងៃនេះ

១០. ព្រឹត្តិការណ៍ពិសេស កើតចេញមកពី សកម្មជនស្នេហាជាតិពិតប្រាកដគ្រប់ជាន់ថ្នាក់ ដើម្បី រួបរួមសាមគ្គីគ្នាបង្កើតរណសិរ្សជាតិដោះប្រជាពល រដ្ឋខ្មែរ ឱ្យរួចចេញពីជួរជនជាតិខ្មែរដែលប្រទេស យួនក្រហមកម្ពុយនីស្ត ។

សូមលើកយកព្រឹត្តិការណ៍សំខាន់ៗទាំង១០ ចំណុចនេះ មកផ្តល់រូបរាងឱ្យបានលម្អិតបន្តិច ដើម្បីឱ្យបានកាន់តែជ្រាបច្បាស់ សូមតាមដានដោយ មេត្រី ។

ភាគទី១- ព្រឹត្តិការណ៍មុនឆ្នាំ១៩៧០

ប្រទេសខ្មែរ បានធ្លាក់ទៅនៅក្រោមអំណាច អាណានិគមនិយមបារាំងសែស កាលពីឆ្នាំ១៩៦១ ដោយមានប្រទេសពីរទៀត គឺប្រទេសឡាវ និង ប្រទេសយួន ឬរៀតណាម ។ បារាំងបានដាក់ប្រទេស ទាំង៣នេះថា ឥណ្ឌូចិន ។ ចំណែកប្រទេសរៀតណាម នៅពេលនោះមានតែភាគខាងជើង និងកណ្តាលទេ រីឯភាគខាងត្បូង គឺជាដែនដីខ្មែរកម្ពុជាក្រោមរបស់ ប្រទេសខ្មែរកម្ពុជា ដូច្នេះបារាំងបញ្ជាឱ្យខ្មែរហៅថា កូសាំងស៊ីន ។

ពាក្យថា កូសាំងស៊ីន នេះ គឺក្លាយមកពីពាក្យ យួនថា កូឌិនស៊ីន ។

ពាក្យថា កូឌិនស៊ីន នេះ គឺក្លាយមកពីពាក្យយួន ថា កូឌិនស៊ីន ប្រែជាខ្មែរថា នាង ជិនសុំ ប៉ុន្តែបារាំង បញ្ជាឱ្យខ្មែរនិយាយថា កូសាំងស៊ីន ទៅវិញ ។ ពាក្យ ថា នាង ជិនសុំ នេះមានទាក់ទងនឹងប្រវត្តិសាស្ត្រខ្មែរ



កាលពីឆ្នាំ១៦២១ មានស្តេចខ្មែរ១អង្គ នាមជ័យ- ជេដ្ឋាទិត បានរៀបរៀងសេនាប្រយុទ្ធស្រីស្តេចយួន នៅពេលដែលកូនស្រីស្តេចយួនបានក្លាយមកជា មហេសីស្តេចជ័យជេដ្ឋាទិត ហើយបានសុំស្តេចឱ្យ អនុញ្ញាតជនជាតិយួននេតាមដីសណ្តនៃទន្លេមេគង្គ ហើយរស់នៅយ៉ាងស្ងៀមស្ងាត់កាន់តែកើនច្រើន ឡើងៗ រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃនេះ ។

អាណានិគមនិយមបារាំង បានត្រួតត្រាប្រទេស ឥណ្ឌូចិននេះ អស់រយៈពេល៩២ឆ្នាំ គឺបារាំងបាន ប្រគល់ឯករាជ្យពេញបរិបូរណ៍ឱ្យជនជាតិខ្មែរវិញ កាលពីថ្ងៃទី៩ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ១៩៥៣ ក្រោយពីប្រជា ពលរដ្ឋខ្មែរគ្រប់ជាន់ថ្នាក់ភ្ញាក់ភ្ញាក់ ក្រោកឈរឡើង រួមសាមគ្គីគ្នា នៅជុំវិញមេដឹកនាំរបស់ខ្លួន ដែលជា មហាក្សត្រម្ចាស់ផែនដី ទៅចរចាទាមទារយ៉ាងហ្មឺង ម៉ាត់ និងអង់អាចក្លាហានយ៉ាងប្រផ្នាច់ ជំរុញឱ្យ ប្រទេសបារាំង ត្រូវតែយល់ព្រមប្រគល់ឯករាជ្យ

ពេញបរិបូរណ៍ឱ្យប្រទេសខ្មែរជាស្ថាពរ កាលពីថ្ងៃទី ៩ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ១៩៥៣ ។ ដូច្នេះ ថ្ងៃទី៩ ខែវិច្ឆិកានេះ ត្រូវបានប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ ប្រកាសជាថ្ងៃការថា ជា ថ្ងៃមហាជោគជ័យនៃការទទួលបានឯករាជ្យពេញ បរិបូរ ហើយចាត់ទុកជាថ្ងៃប្រារព្ធធ្វើបុណ្យវត្តកំពី ជ័យជំនះនេះ ជារៀងរាល់ឆ្នាំដែរ ។

សេចក្តីសប្បាយរីករាយ និងសម្រែកជ័យយោសា នាយដោយសេចក្តីសង្ឃឹមយ៉ាងមាំមួនក្នុងចិត្តរបស់ ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរគ្រប់រូបមានជាអតិបរមា គិតជាប់ នៅក្នុងក្រអៅមេដូងថា ចាប់តាំងពីពេលនេះតទៅ ជារៀងរហូត ប្រទេស និងប្រជាជាតិខ្មែរប្រាកដជា បានស្ថិតនៅក្នុងសុខសន្តិភាព វឌ្ឍនភាព ឧត្តមភាព ឥស្សរភាព បូរណភាព អធិបតេយ្យភាពទឹកដី ឯករាជ្យភាព សុខុមាភាពក្នុងសង្គម និងស្ថេរភាព ជាអនាគតទៅ ។

(មានតទៅលេខក្រោយទៀត)

ចាប់បើក ហើយ

Bright Smiles DENTAL

724 Chelmsford Street, Lowell, MA 01851
Tel. 978-455-4039. Xuan Duong, DMD.
(Inside Stairway Plaza, Next to Lowe's)
"Open Early, Open on weekend, Close late"

ពេទ្យធ្វើសំរាប់គ្រួសារ

- ត្រួតពិនិត្យធ្វើឱ្យ ទៀងទាត់ពេល
- សំអាតធ្វើឱ្យ
- ជំងឺចំណាញ់ធ្វើឱ្យ
- ដកសសេធ្វើឱ្យ
- ស្រោប-តម្រឹម និងប៉ះធ្វើឱ្យ
- ធ្វើធ្វើឱ្យស
- បំពេញធ្វើឱ្យប្រហោង
- ដកធ្វើឱ្យ

ពិសេសទៅទៀត

អ្នកជំងឺចាយប្រាក់ខ្លួនឯង
\$60 សំរាប់សំអាតធ្វើឱ្យជាមួយគ្នា
(លើកលែងតែជំងឺចំណាញ់ធ្វើឱ្យធ្វើឱ្យ)
• មិនយកថ្លៃ "ខ្ញុំ បើយ" សំរាប់ដកធ្វើឱ្យ បិទធ្វើឱ្យ ប្រហោង និងសំអាតធ្វើឱ្យខ្លួនឯងអ្នកមកព្យាបាល ២០០នាក់ដំបូងគេ ។
• យើងទទួលយកគ្រប់ អ្នកស្ម័គ្រ រាប់ទាំង MASSHEALTH ផងដែរ ។

យើងមានអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ-អង់គ្លេស-ស្បាត និងប្រើភាសា សូមទូរស័ព្ទ (978) 455-4039 ដើម្បីណែនាំចូលទៅទៀតនេះ

យោបល់ព្រះសង្ឃលើសន្និបាតសហគមន៍ព្រះសង្ឃខ្មែរនៅសហរដ្ឋអាមេរិក

ហេង : ពិន សំខុន

ព្រះតេជគុណ ព្រះតិរច្ឆ័យ មកពីវត្តព្រែក
ឆ្នាក់ ខេត្តស្វាយរៀង ជាបណ្ឌិតផ្នែកទស្សនៈវិជ្ជា



ព្រះពុទ្ធសាសនា សាកលវិទ្យាល័យ ព្រះវិហារ ឆ្នាំ ២០០៨ ព្រះអង្គមានយោបល់នៅចុងបញ្ចប់នៃ ឱកាសប្រជុំសន្និបាតសហគមន៍ព្រះសង្ឃខ្មែរ នៅ ស.រ.អា នេះថា “អាត្មាមានសង្ឃឹមថា កិច្ចប្រជុំនេះ នឹងនាំឱ្យមានការចូលរួមរបស់ព្រះសង្ឃកាន់តែច្រើន នៅថ្ងៃមុខ ហើយសហគមន៍ព្រះសង្ឃនឹងមានដំណើរ ការណ៍ល្អ សម្រាប់ជាប្រយោជន៍ដល់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ និងព្រះសង្ឃនៅ សហរដ្ឋអាមេរិកនេះ។ នៅសហ រដ្ឋអាមេរិកនេះ ការគ្រប់គ្រងវត្តអារាមមិនដូចគ្នា និងការគ្រប់គ្រងនៅកម្ពុជាទេ គឺនៅកម្ពុជាមានការ គ្រប់គ្រងតាមបែបបុរាណ មានលំដាប់ថ្នាក់ជាសម្តេច សង្ឃ គណសង្ឃថ្នាក់ខេត្ត គណសង្ឃថ្នាក់ស្រុក គណ សង្ឃថ្នាក់វត្ត នៅយើងឯណោះវិញ ពុំមានមន្ត្រីសង្ឃ របៀបនោះទេ គឺមានតែសហគមន៍ព្រះសង្ឃតែ ប៉ុណ្ណោះ ពុំមានគណកម្មការសម្រាប់រដ្ឋ ឬក្រុមណា មួយទេ។ នៅពេលបញ្ចប់សន្និបាតព្រះសង្ឃបាន សម្រេចជាចំនួន៨ ដែលជាចំណុចគោល យើងនឹង យកទៅបំបែកជាផ្នែកតូចៗ ដើម្បីអនុវត្តន៍ អាត្មា យល់ថា ដើម្បីគ្រប់គ្រងព្រះសង្ឃនៅទីនេះ សហ- គមន៍ព្រះសង្ឃ ត្រូវបង្កើតជាច្បាប់ថ្មីទៀត យកមក អនុវត្តន៍ឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពល្អ។ ថ្វីត្បិតតែរចនា

សម្ព័ន្ធនៅស្រុកខ្មែរ និងនៅទីនេះមិនដូចគ្នា តែ អាត្មាយល់ថា អាត្មាមកនេះមានប្រយោជន៍ខ្លាំង ណាស់ សម្រាប់យល់ដឹងពីការប្រព្រឹត្តទៅនៅសហ- គមន៍ព្រះសង្ឃ ហើយម្យ៉ាងទៀត ប្រយោជន៍ក្នុង ទំនាក់ទំនងរវាងព្រះសង្ឃខាងក្នុង និងខាងក្រៅ ប្រទេស។ អាត្មាមានការរីករាយណាស់ ដោយបាន ឃើញឧបាសក ឧបាសិកា មានជំនឿ និងជ្រះថ្លា ចំពោះវត្តអារាម មិនត្រឹមតែទទួលបានគ្រប់ពេល និងយ៉ាងបរិបូណ៌ទេ ថែមទាំងនាំគ្នាមកតាមដាន



ស្តាប់កិច្ចពិភាក្សាកិច្ចប្រជុំព្រះសង្ឃយ៉ាងច្រើនទៀត ផង។

ព្រះតេជគុណ យាង សុចិត្តា : មកពីវត្តមណ្ឌល
ព្រះពុទ្ធសាសនា រូងអាយឡិន ។ មកពីតំបន់ដែល



មានប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរប្រមាណ៧០០០នាក់រស់នៅ ព្រះអង្គមានសង្ឃដឹកនាំថា “កិច្ចប្រជុំនេះ មានសារ សំខាន់ខ្លាំងណាស់ ដោយជាឱកាសអាចជួបព្រះសង្ឃ ទៀតៗជាច្រើន ផ្លាស់ប្តូរយោបល់គ្នា អាចផ្តល់ឱ្យ មានការរីកចំរើនដល់ព្រះពុទ្ធសាសនានៅសហរដ្ឋ អាមេរិកនេះ។ អាត្មាមានការចាប់អារម្មណ៍ខ្លាំង លើកិច្ចពិភាក្សាស្តីពីសាមគ្គីភាពរវាងព្រះសង្ឃ និង ព្រះសង្ឃ។ នៅពេលនេះសម្រាប់សហរដ្ឋអាមេរិក មានវត្តជាង១០០ តែមានវត្តតិចតួចណាស់ដែល

បានបញ្ជូនព្រះសង្ឃមកចូលរួម ដូចនៅរូងអាយឡិន មានវត្តបី ប៉ុន្តែវត្តតែពីរទេ ដែលបានបញ្ជូនព្រះសង្ឃ មកចូលរួម ដូចនេះសាមគ្គីភាពនៅមានគិរិតតិចតួច ណាស់ សាមគ្គីនេះសំដៅទៅលើការចូលរួម ហើយ វែកញែក ពិភាក្សារកភាពរីកចំរើន និងអភិវឌ្ឍន៍ វិស័យព្រះពុទ្ធសាសនា ព្រះសង្ឃត្រូវតែមានការចាប់ អារម្មណ៍ទៅលើកិច្ចការរបស់ខ្លួន ការចូលរួមនេះនឹង ឈានទៅដល់ស្ថិតិមួយទៀតមន្ត្រីក្រោយ ដែលរឹតតែមានសារសំខាន់ណាស់ទៅទៀត គឺកិច្ច ការងារ ឧបោសថកម្ម បើបានធ្វើកិច្ចការងារ ឧបោ- សថកម្មនោះរួចហើយ នោះជាកិច្ចការរបស់សង្ឃ និងរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនា បើមិនចូលរួមទេ គឺបាន និយមថា មិនចាប់អារម្មណ៍។ អាត្មាគិតថា ថ្វីត្បិតតែ

(តទៅទំព័រ០៦)

KhmerPost USA, LLC
East Coast Publication

Pin Samkhon,
Publisher & Editor-in-Chief
Email: pinsamkhon@gmail.com
Staff Writers: Loeum Im,
Audria Chea, Sovan Heng
Contributed Writers:
Mam Yin, Kim Phien,
Lanica Angpak, & Dannelly Sam
KhmerPostLowell@gmail.com

Soben Pin
Marketing Director
KhmerPostUSA@gmail.com
267-253-3947
Sam Khoeun
Sales Consultant
(781) 244-0522


Design Staffs:
Leang Heng & Doch Vuthy

KhmerPost USA, LLC is an independent newspaper that aims to facilitate mass communication among the Cambodian communities, their neighboring communities, and families. We aim to address local, community, and national news; and give an insight into Cambodia & global news. We also strive to bridge the language and cultural gaps and reduce social isolation by publishing in Khmer & English. It published twice a month in Pennsylvania & Massachusetts.

Semimonthly edition subscription is available within the U.S. & Canada at \$60.00 and 70 Euros in Europe per year. Money order or check is accepted and made payable to:
U.A.M.G.
P.O. Box 24357
Philadelphia, Pa 19120

The Khmer Post has full authorization from Bernard Krisher, the publisher of the Cambodia Daily to reproduce all the articles that are produced by the Cambodia Daily free of charge effective date: 6/19/2009

ART OF WELLNESS CENTER




Art of Wellness

"Integrating Holistic Healthcare for the Mind, Body, and Spirit."

(215) 305-2238

www.artofwellnesscenter.com



មន្ទីរសុខភាព "Art Wellness" ទទួលព្យាបាលបញ្ហាផ្លូវចិត្ត និងធ្វើទៅតាម ទម្លាប់ និងជំនឿរបស់លោកអ្នក ដោយប្រើរបៀបបច្ចេកទេសអាស៊ី និងបច្ចេកវិទ្យាបស្ចិមប្រទេស ។

ដំណោះស្រាយអ្នកមានការលំបាកឈាមដូចខាងក្រោម :

- ធ្លាក់ទឹកចិត្ត
- ការថប់អារម្មណ៍
- ភាពតាមតឹង
- មានកំហឹងច្រើន

DEPRESSION

ANXIETY

STRESS

ANGER MANAGEMENT

- ឈឺខ្នងប្រណីប្រាប់កន្លែង
- មានវិបត្តិក្នុងគ្រួសារ
- ការញៀន និងអ្វីមួយ
- សុខភាពស្រ្តី

PAIN MANAGEMENT

FAMILY ISSUES

ADDICTION ISSUES

WOMEN'S HEALTH

ទទួលព្យាបាលគ្រប់រូប

TREATMENT TYPE

- ប្រើមូលឥតថ្នាំ
- ចាប់សរសៃ
- ចិត្តវិទ្យា
- យោគ/ការវនា

- Acupuncture
- Acupressure
- Psychotherapy
- Yoga/ Meditation

វេជ្ជបណ្ឌិតនឹងអ្នកជំនាញការមានបទពិសោធន៍ ច្រើនឆ្នាំនៅប្រទេសចិន និងនៅសហរដ្ឋអាមេរិក ។ សូមអញ្ជើញទូរស័ព្ទ ឬមកមន្ទីរពេទ្យសុខភាព យើងខ្ញុំ ដើម្បីពិគ្រោះវិធីព្យាបាល

ART OF WELLNESS CENTER
647 BAINBRIDGE STREET,
PHILADELPHIA, PA 19147
215-305-2238
ភាសាខ្មែរទាក់ទង ប៊ុន រ៉ាត : 267-242-8526

- Allergy Testing & Elimination
- Weight Management for Adult & Children
- Diabetes
- High Blood Pressure
- High Cholesterol Level Issue

- រកប្រតិកម្មនឹងធាតុអ្វីមួយ ហើយបំបាត់វាចេញ
- គ្រប់គ្រងទម្ងន់សម្រាប់មាត់និងក្មេង
- ទឹកនោមផ្អែម
- លើសស្ករធារណៈ
- លើសកម្មភាព កូលេស្តេរ៉ូល

- Insomnia (Difficulty Sleeping)
- Facial Acupuncture (reduce wrinkles)
- Nutrition Consultation (Free)
- Genetic Testing
- Feeling Tired & Weak
- We Accept AETNA & United Healthcare

- ដេកមិនលក់
- ប្រើមូលព្យាបាលលើផ្ទៃមុខ (បន្ថយភាពជ្រើវជ្រួញ)
- ពិគ្រោះពីម្ហូបអាហារ (មិនយកកម្រៃ)
- ធ្វើតេស្តអ៊ីព្យូត
- អស់កម្លាំង មិនស្រួលខ្លួន
- យើងទទួលយក AETNA និង UNITED HEALTHCARE

(តពីលេខមុន)



ទាន់នូវសភាពការណ៍នាទីនេះ ដូចនេះយើងត្រូវឱ្យ
សហគមន៍ព្រះសង្ឃជាអ្នកស្វែងរកឯកភាព ហើយ
ព្រះសង្ឃតាមតំបន់អាចយកទៅអនុវត្តន៍បាន ស្រប
តាមច្បាប់ ដោយមានការទទួលស្គាល់ពីរដ្ឋអាមេរិក
ផង ។ (នៅមានតទៅបន្តក្រោយទៀត)

អាទិកំបាំង និងសិល្បៈនៃជីវិត

SECRET AND ART OF LIVING



(តមកពីលេខមុន)
 របៀបរៀងដោយ
 លោក ម៉ៅ ច័ន្ទស័ណ្ឌ

● មានលក្ខណៈផ្ទុយអំពី
 ការរស់នៅធម្មតាដែលយើង

ម្នាក់ៗតែងតែធ្វើ ប្រតិកម្មពុំចេះចប់ ដូចទឹកជ្រោះ ធ្លាក់តំបកដូចគ្រាប់បែកផ្ទុះក្នុងសមរភូមិចំបាំង (ទម្លាប់ខ្លួនខ្លាញ់បែបនេះ សង្គមប្រទេសយើងតាំងពីតូចមក សមាជិកប្រទេសយើងឱ្យប្តូរផ្គត់ផ្គង់គំនិតចាស់ៗ ហើយបំបាក់របៀបរស់នៅឱ្យអ្នកប្រតិបត្តិ) ។

-ទី២. យើងបើកលំហែមួយនៃចិត្តឱ្យចូលរាយ បើកឱកាសឱ្យគំនិត អារម្មណ៍ រឿងរ៉ាវអាស្រ័យ (ដែលយើងទប់បង្ខាំងលួចលាក់ទុកក្នុងចិត្តជាយូរមកហើយ) ឱ្យសំដែងចេញមកក្រៅដោយសេរី ។ គំនិត អារម្មណ៍ រឿងរ៉ាវទាំងនោះបានរួចចេញពីទ្រង់ផ្ទះ អណ្តែតឡើងមកផ្ទៃលើនៃចិត្ត ហើយក៏រលាយបាត់ទៅ ផ្ទុះឡើងហើយរលាយបាត់ទៅជាច្រើនស្រទាប់ៗ ហូរហែ ។ បាត់ភូតនេះហៅឱ្យសម្អាតផ្លូវចិត្តពីមុន ធ្លាប់តែងតែង ត្រូវចូរស្រាលចុះជាលំដាប់ (នេះជាយន្តការលាងសំអាតផ្ទៃចិត្តមនុស្សឱ្យរួចផុតពីជាតិពិសពុលអតីតកាល - Psychological cleansing process) ។ បាត់ភូតនេះខ្ញុំប្រៀបដូចជាទឹកកំពុងតែពុះកញ្ចក់ក្នុងកំស្បៅ បង្កើតបានជាសម្ពាធស្ទើរផ្ទុះបង្ហូរទឹកមកក្រៅ ។ បើយើងបើកគំនិតរបស់យើង

នុះសម្ពាធនឹងថយចុះ ទឹកឈប់កញ្ចក់ ត្រឡប់មកកាន់ភាពស្ងប់ស្ងាត់ (ការបើកគ្រប់កំស្បៅ ប្រៀបដូចជាវិធីទទួលយក ឬសុខចិត្តនេះឯង ដែលមានអត្ថន័យដ៏ជ្រាលជ្រៅ) ។ ម្យ៉ាងទៀតការប្រើឧបករណ៍ការទទួលយក ឬការសុខចិត្តសំរាប់ដកអារម្មណ៍របស់យើងចេញពីចរន្តប្រតិកម្មរវាងមេម៉ី និងពិភពខាងក្រៅ ។ តាមពិតចរន្តប្រតិកម្មនេះ មានដំណើរជាស្វ័យប្រវត្តិក្នុងមកពីមេម៉ីមក យើងតែងយល់ច្រឡំថារបស់ទាំងអស់នោះ (ចិត្ត អារម្មណ៍ គំនិត មនោសញ្ចេតនា) ជារូបយើង ជាបស់យើង តាមពិតពុំមែនសោះ (សូមអានអត្ថបទខាងដើមអំពី «ខ្ញុំជានរណា?» និងកាន់តែយល់បន្ថែមអំពីការប្រកាន់ឥរិយាបថ ទទួលយក ឬសុខចិត្តនេះពុំមានផលវិបាកអ្វីឡើយ) ។

ក្នុងការរស់នៅជាក់ស្តែងចិត្តមនុស្សផ្ទុកដោយរូបភាពសព្វយ៉ាង កំហឹង ទុក្ខព្រួយ សប្បាយ រីករាយ ច្រណែន តប់ប្រមល់ អួលណែន ក្រៀមក្រំ លោភលន់ តម្រេកតណ្ហា ។ល។ នេះជាប្រការដែលមនុស្សគ្រប់ៗគ្នាមានជាភ្នំដំណែលសង្គមមនុស្សរាប់ជំនាន់មក វាពុំមែនជារបស់យើងផ្ទាល់ឡើយ វាជាហេតុការណ៍ ទោះចង់ឬមិនចង់ក៏វាត្រូវតែកើតមាន ។ អ្វីដែលសំខាន់នោះ គឺត្រូវចោទសួរខ្លួនយើងថា : តើសុខចិត្តឬទេ ? តើទទួលយកឬទេ ? ឧទាហរណ៍ ទុក្ខក្រៀមក្រំលេចមកដល់ ខ្ញុំសុខចិត្តទទួលយកទាំង

អស់ ពុំប្រកែកប្រណាំងឡើយ ។ បើធ្វើដូច្នេះ តើមានអ្វីកើតឡើង ? ពេលនោះប៉ាមពលក្នុងខ្លួនពុំត្រូវបានចំណាយខ្លះខាញ់ទៅក្រៅតទៅទៀត វាត្រូវនៅនឹងថ្កល់ ភាពស្ងប់កើតមានក្នុងខ្លួន បន្តមកភាពស្រណុកក្នុងចិត្តលេចមុខមក (Joyful life) ។ នេះជាគំនិតអាទិកំបាំងនៃគោលការណ៍ ។

ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនាយើង ការប្រតិបត្តិថ្វាយកាយ និងចិត្តដល់ព្រះរតនៈត្រ័យ ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ ព្រះសង្ឃ គឺជាវិធីបន្ថយឥទ្ធិពលបុគ្គល Ego បន្ថយប្រតិកម្មបុគ្គលធ្វើឱ្យធាតុបុគ្គលក្នុងខ្លួនតូចបំផុតសំរាប់បើកផ្លូវឱ្យសមាធិអាចដំណើរការបាន ។ នេះជាចំណុចសំដែងឡើងនៃឥរិយាបថ «ការទទួលយក និងសុខចិត្ត» ដូចដែលខ្ញុំជារបខាងលើនេះស្រាប់ ។ ក្នុងសាសនាដទៃដូចជាព្រហ្មញ្ញសាសនា គ្រិស្តសាសនា រូបភាពនៃ «ការទទួលយក ការសុខចិត្ត» ស្តែងចេញការប្រតិបត្តិថ្វាយកាយនិងចិត្តដល់ព្រះអាទិទេព ។

* គោលការណ៍ «ពុំដើរតួ» Non-identification »

យើងធ្លាប់មើលល្ខោន ហើយសង្កេតឃើញអ្នកដើរតួឯក តូចៗ តូចៗ ។ ពួកគេសំដែងបានល្អណាស់ ។ តើអ្នកធ្លាប់បានចូលជ្រាបជាមួយតួអង្គឬទេ ? មែនពិតតួអង្គនីមួយៗ សុទ្ធតែមានតួអង្គពីរនាក់ក្នុងខ្លួន : (មួយ) គឺតួអង្គមនុស្សរស់នៅក្រៅរោងល្ខោន ។ តួនេះមានលក្ខណៈដូចយើងទាំងអស់គ្នា ។ គេដើរតួជាឪពុកម្តាយ ជាកូនដែលមានការអាណិតស្រឡាញ់ភ័យ ព្រួយ ដូចយើងដូច្នោះឯង ។ នោះគឺជាតួអង្គពិតប្រាកដ រស់នៅក្នុងជីវិតសាមញ្ញ ។ (ពីរ) តួមួយទៀតគឺតួសំដែងក្នុងរឿងនីមួយៗ ដែលតែងតែប្រែប្រួលតាមសាច់រឿង ដែលអ្នកនិពន្ធកំណត់ឱ្យដើរតួ :

ជួនគេដើរតួជាមនុស្សល្អ ស្មោះត្រង់ មានធម៌មេត្តាករុណា អាណិតអាសូរ សន្តោសត្រាប្រណី ។ ជួនកាលគេជាមនុស្សកាចសាហាវ យង់ឃ្នង ខឹងក្រវើក្រោធ អាកប្បកិរិយាច្រងេងច្រងាង ។ល។

ការរៀបរាប់អំពីល្ខោននេះ សំរាប់ប្រៀបធៀបនឹងលក្ខណៈជាក់ស្តែងនៃបាតុភូតពិភពចិត្តមនុស្សយើងម្នាក់ៗ ។ ដូចអ្នកបានដឹងសព្វគ្រប់អំពីក្នុងស្បៀនពេលដឹងខ្លួន និងក្នុងស្បៀនពេលយល់ស្មើ មនុស្សពិសោធន៍ឃើញលំហូរគំនិត មនោសញ្ចេតនា ប្រតិកម្មការជួលអារម្មណ៍ រលឹកនឹកឃើញ ការស្រមៃ ។ល។ លំហូរបាតុភូតទាំងអស់នោះ គឺជាឥទ្ធិពលនៃមេម៉ីរបស់មនុស្សយើងម្នាក់ៗប៉ុណ្ណោះ ឬមានន័យម្យ៉ាងទៀតថាមនុស្សប្រព្រឹត្ត ឬដើរតួតាមខ្សែញាក់របស់មេម៉ី ដូចអាយីង. ទីងមោងដូច្នោះឯង ។ ការដើរតួនេះ ប្រៀបដូចជាតួល្ខោនលើឆាក វាពុំមែនជាតួពិតប្រាកដឡើយ ។ ដូចដែលខ្ញុំបានបញ្ជាក់ក្នុងជំពូក «ខ្ញុំជានរណា?» ស្រាប់ តាមពិតតួអង្គពិតប្រាកដនៅខាងក្នុងបណ្តូលមនុស្ស ពោលគឺ ក្នុងស្បៀនដ៏បរិសុទ្ធនោះឯង ។

អាស្រ័យហេតុនេះ នៅពេលប្រតិបត្តិសមាធិអ្នកទម្លាប់ប្រកាន់ឥរិយាបថ ពុំបណ្តោយឱ្យលំហូរបាតុភូតខាងក្រៅអូសទាញបាន ។ ជាក់ស្តែងបើកំពុងអង្គុយសមាធិ គំនិតមួយលេចមក អ្នកត្រូវដឹងខ្លួនថាអ្នកពុំមែនជាគំនិតនោះឡើយ វាជាចំណាំងស្រមោលពីមេម៉ីប៉ុណ្ណោះ អ្នកពុំដើរតួជាគំនិតនោះទៀតឡើយ អ្នកមានទានវិញ្ញាណពិតប្រាកដហើយ ហើយត្រលែងវា Let it goes ។ គំនិតនោះៗគ្រាន់តែជាការផ្តល់យោបល់ប៉ុណ្ណោះ ពុំមែនជាបញ្ហាដាច់ណាត់ឡើយ ។

(នៅមានតួលេខក្រោយទៀត)

ឱសថស្ថាន TRX Pharmacy

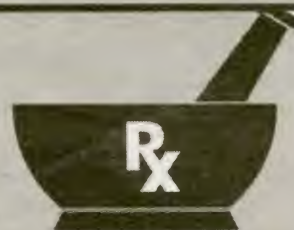
5520 Whitaker Ave Unit C, Philadelphia, PA 19124

Tel: 215.288.8701

Fax: 215.288.8702

Hours :

Mon-Fri: 9:30 AM to 6:30 PM Sat-Sun: 10 AM to 4 PM



ម្ចាស់ហាង : ស៊ីរី អេង

- ▶ យើងទទួលយកអ៊ិនសូរិនស្ទើរតែទាំងអស់
- ▶ កន្លែងចតឡានធំទូលាយ
- ▶ អាចយកថ្នាំទៅជូនដល់ផ្ទះ
- ▶ សេវាត្រឹមត្រូវច្បាស់លាស់ មានវិជ្ជាជីវៈធ្វើការលឿន
- ▶ មានគម្រោងបង់ថ្លៃពិសេស សម្រាប់ "ខ្ចប៉េយ" ដែលមានតម្លៃខ្ពស់
- ▶ មានរង្វាន់ បើយកវេជ្ជបញ្ជាមកទិញថ្នាំ
- ▶ ពិសេស: មានជូនកំរៃ \$5 សម្រាប់អ្នកមកទិញថ្នាំ ដែលមានការផ្ទេរវេជ្ជបញ្ជា

Diabetes Test Strips ម្ចាស់រាប់ធ្វើតេស្តទឹកនោមផ្អែម

\$32.99/50ct
 \$32.99/50ct
 \$42.99/50ct
 \$85.99/100ct
 \$32.99/50ct
 \$45.99/50ct
 \$38.99/50ct
 \$85.99/100ct

\$12.99
 \$17.99
 \$12.99
 ចុះថ្លៃ 25% →

ចុះថ្លៃ 20% →

6 Bottles = \$50.00

ពិសេស : ជូនម្ចាស់អ៊ិនសូរិនយកប៉ុងពេលទិញតាមវេជ្ជបញ្ជា៨មុខមានពិសេសសំរាប់ភ្ញៀវដែលគ្មាន អ៊ិនសូរិនមានថ្នាំជំនួស ត្រើនរយមុខតម្លៃ \$7.99 សំរាប់ ៣០ថ្ងៃ ថ្នាំ អនតាយបាយទឹក ដូចជា Amoxicillin, Cephalexin, Pencillin តម្លៃ \$4 តាមវេជ្ជបញ្ជាមានលក់របស់កូនក្មេងលេងជាច្រើនទៀត



ឌី ឈែមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ជំនឿនប្រែប្រួលពីការសាងសង់គ្រួសារ

អត្ថបទជំនឿន និងទិន្នន័យការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌី ឈែមបូឌា ដេលី

ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃអង្គារ ទី១៩ ខែមេសា ឆ្នាំ២០១១

Grim Picture of Cambodia at Global Land Grab Talks

BY ABBY SEIFF
THE CAMBODIA DAILY

Increasing foreign investment in Cambodian agriculture, flawed implementation of land laws and a lax attitude toward human rights are all contributing to an unsettling pace of land grabs, according to presentations released last week on the heels of the International Conference on Global Land Grabbing.

In a series of talks given at the conference—a three-day program held at the University of Sussex in the UK and organized by the Land Deals Politics Initiative—four presenters drew a stark image of Cambodian land governance.

A lack of “recourse through the judicial system,” and “active involvement of local authorities—accepting bribes and as land brokers” allows for small-scale grabs of indigenous land, noted Jeremy Ironside of New Zealand’s University of Otago in a presentation focused on communal lands in Ratanakiri and Monduliri.

Roman Herre, an agriculture expert, highlighted the human rights violations inherent when land loss leads to food insecurity. Mr Herre called “loss of access to land (rice fields, forests, water, fishing grounds)” among the “immediate and most concrete violations.” He, along with other presenters, fingered international investment as a root cause of illegitimate economic

land concessions.

In an e-mail yesterday, Mr Herre noted that “despite its relatively small size globally,” Cambodia cuts more economic concessions than any other country and is in the top five of total hectares awarded.

Pen Bonnar, Adhoc’s Ratanakiri coordinator said he agreed with the conclusions. “More and more companies are getting economic land concessions from the government,” he said. “In the documents, they’re told there’s no impact to the people, and when they go in to clear the land, they have to evict.” In Ratanakiri alone, said Mr Bonnar, he knew of hundreds of villagers involved in disputes over land granted by the government to Vietnamese companies.

Beng Hong Socheat Khemro, deputy director general of the Land Management Ministry, said Sunday that in his opinion, government appropriation of in-use land was not an issue. “Normally, for the social and economic land concession, the government uses state private land. I don’t understand what this has to do with villagers.”

“The procedure is clearly stipulated in the sub-decree. As long as the government follows the sub-decree, it’s fine.”

But as for “individual cases, I cannot comment,” he added.

ប្រភពក្រុមប្រឹក្សានៃកម្ពុជានៅកិច្ចការក្នុងសកលលោក

ហេម ឌី ឈែមបូឌា

THE CAMBODIA DAILY

កំណើនវិនិយោគទុនបរទេសក្នុងវិស័យកសិកម្មកម្ពុជាការអនុវត្តច្បាប់ដីធ្លីដែលមានគុណវិបត្តិ និងការពង្រីកឆ្នើមចំពោះសិទ្ធិមនុស្សសុទ្ធតែរួមចំណែកដល់ការយកដីត្រូវឱ្យបានមុន ទោះបីយោងតាមបទប្បញ្ញត្តិដែលចេញកាលពីសប្តាហ៍មុន បន្ទាប់ពីសន្និសីទអន្តរជាតិស្តីពីការចាប់យកដីក្នុងសកលលោក ។

ក្នុងការពិភាក្សាបន្តបន្ទាប់នៅនេះសន្និសីទនេះកម្មវិធីរយៈពេលបីថ្ងៃដែលធ្វើឡើងនៅសាកលវិទ្យាល័យ Sussex នៅអង់គ្លេស និងរៀបចំដោយអង្គការ Land Deals Politics Initiative អ្នកធ្វើបទបង្ហាញបួននាក់បានរិះគន់យ៉ាងខ្លាំងចំពោះការគ្រប់គ្រងដីកម្ពុជា ។

លោក Jeremy Ironside នៅសាកលវិទ្យាល័យ Otago ប្រទេសនូវវែលសេឡង់ ក្នុងការបង្ហាញមួយផ្ដោតលើដីក្នុងខេត្តរតនគិរី និងខេត្តមណ្ឌលគិរី បានកត់សំគាល់ថា ការខ្វះ “ឧបត្ថម្ភការណ៍” និង “ការពាក់ព័ន្ធនៃសកម្មភាពអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន ការទទួលយកសំណុំ និងការធ្វើជាធួនកណ្តាលលក់ដី” អាចនាំឱ្យកើតមានការចាប់យកដីទ្រង់ទ្រាយតូចនៃដីអន្តោគ្រាម ។

Roman Herre អ្នកជំនាញខាងកសិកម្មបានតូសបញ្ជាក់អំពីការរំលោភសិទ្ធិមនុស្សដែលកើតឡើងជាធម្មតានៅពេលការបាត់បង់ដីនាំទៅរកអសន្តិសុខស្បៀងអាហារ ។ លោក Herre បានហៅ “ការបាត់បង់សិទ្ធិប្រើប្រាស់ដី (វាលស្រែ ព្រៃឈើ ទឹក និងតំបន់នេសាទ)” ថាជាការរំលោភ “ការរំលោភដោយផ្ទាល់និងជាក់ស្តែងបំផុត” ។ លោករួមជាមួយនិងក្រុមអ្នកធ្វើបទបង្ហាញ

ផ្សេងទៀត បានចាត់ទុកការវិនិយោគអន្តរជាតិថាជាដើមហេតុនៃសម្បទានដីសេដ្ឋកិច្ចខុសច្បាប់ ។

ក្នុងអំឡុងពេលមួយកាលពីម្សិលមិញ លោក Herre បានកត់សំគាល់ថា “បើទោះជាវាមានទំហំតូចជាងការរំលោភសកលក៏ដោយ” ក៏ប្រទេសកម្ពុជា ផ្តល់សម្បទានដីសេដ្ឋកិច្ចច្រើនជាងប្រទេសផ្សេងទៀត ហើយស្ថិតក្នុងប្រទេសទាំង៥ ដែលផ្តល់ដីសម្បទានច្រើនបំផុត ។

លោក ប៊ែន ប៊ុណ្ណារ អ្នកសម្របសម្រួលរបស់អង្គការសិទ្ធិមនុស្សអាដហុកនៅខេត្តរតនគិរី បានថ្លែងថា លោកយល់ស្របជាមួយការសន្និដ្ឋាននេះ ។ លោកបានថ្លែងថា “ក្រុមហ៊ុនកាន់តែច្រើនកំពុងតែទទួលសម្បទានដីពីរដ្ឋាភិបាល ។ នៅក្នុងឯកសារពួកគេត្រូវបានប្រាប់ថា គ្មានផលប៉ះពាល់ដ៏ប្រជាជនឡើយ ហើយនៅពេលពួកគេចូលទៅរានដី ពួកគេបែរជាបណ្តេញទៅវិញ” ។ លោក ប៊ុណ្ណារ បានថ្លែងថា គ្មានតែនៅក្នុងខេត្តរតនគិរីមួយ លោកដឹងថា មានអ្នកភូមិរបស់ខ្លួន ដែលពាក់ព័ន្ធក្នុងវិវាទដីធ្លី ដែលត្រូវបានផ្តល់ដោយរដ្ឋាភិបាលឱ្យទៅបណ្តាញក្រុមហ៊ុនវៀតណាម ។

លោក បេង ហុងសុជាតិ ខេមរ៍ អត្តនាយករងនៃក្រសួងសត្វបរិយាកម្ម បានថ្លែងកាលពីថ្ងៃអាទិត្យនេះថា តាមទស្សនៈរបស់លោកការយកដីកំពុងប្រើប្រាស់របស់រដ្ឋាភិបាល គឺមិនជាបញ្ហាទេ ។ “ជាធម្មតាសម្បទានដីសង្គមកិច្ច និងសេដ្ឋកិច្ចរដ្ឋាភិបាលប្រើដីឯកជនរបស់រដ្ឋ ។ ខ្ញុំមិនដឹងថាតើវាមានអ្វីពាក់ព័ន្ធជាមួយអ្នកភូមិទេ ។ វិធីវិធីត្រូវបានចែងច្បាស់ក្នុងអនុក្រឹត្យ ។ ឱ្យតែរដ្ឋាភិបាលអនុវត្តតាមអនុក្រឹត្យនេះ វាមិនបញ្ហាទេ” ។ លោកបានមានប្រសាសន៍បន្ថែមទៀតថា ក៏ប៉ុន្តែចំពោះ “ករណីបុគ្គលិកវិញ ខ្ញុំមិនអាចធ្វើអត្ថាធិប្បាយបានឡើយ ។

Local Tourists Visit Provinces For New Year

BY HUL REAKSMEY
THE CAMBODIA DAILY

The number of domestic tourists visiting the coastal province of Preah Sihanouk last week to celebrate the New Year dropped more than 16 percent, to about 50,000 people, as more travelers chose to visit outlying provinces, officials said.

Soam Chenda, director of the Preah Sihanouk tourism department, said that, while the coastal area remained the most popular tourism destination over the period, more than 60,000 people had visited his province last year over the three-day holiday. “This year, local tourists went to different areas, including provinces in the northeast and Koh Kong,” he said.

Tourism experts say improved infrastructure such as National Road 7 to Kratie and Stung Treng provinces has opened up areas of Cambodia that were before too hard to reach in such a short time. “There is better infrastructure in roads,” said Ho Vandy, co-chair of a government-private working group on tourism policy, saying that

provinces in the northeast and in Battambang and Pailin had lately developed as ecotourism destinations.

Nget Vitou, director of the tourism department in Ratanakiri province, said the number of domestic tourists had risen 12.5 percent to 45,000 people between Thursday and Saturday compared to the same three days last year.

“Now we have a tarmac road, so people are flocking into the province,” he said. By next year, there will be a 121-km tarmac road connecting Stung Treng province and Ratanakiri that will encourage more domestic tourists to travel, he added.

In Siem Reap province, Cambodia’s principal tourism hub, the number of national and international visitors entering the province reached 118,144 between Thursday and Friday, a rise of 3.36 percent compared to the same period the previous year, said Ngov Seng Kak, director of the provincial tourism department.

It is not just Cambodians who traveled more for the New Year. According to Khoury Kry, chief of the immigration police at the Bavet international checkpoint in Svay Rieng province, the number of entries from Vietnam, where many ethnic Khmer live, between Thursday and Saturday rose to 3,000, compared to just 1,000 last year.

ភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកនៅកំណត់សម្គាល់តាមបណ្តាខេត្តផ្សេងៗអំឡុងពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ

ហេម ឌី ឈែមបូឌា

THE CAMBODIA DAILY

ក្រុមមន្ត្រីបាននិយាយថា ចំនួនភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកដែលទៅកំណត់សម្គាល់នៅខេត្តព្រះសីហនុនៅតំបន់ឆ្នេរកាលពីសប្តាហ៍មុន ដើម្បីប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ បានធ្លាក់ចុះជា១៦ភាគរយមកនៅត្រឹមតែ ៥០.០០០នាក់ ដោយសារអ្នកធ្វើដំណើរកំណត់សម្គាល់ច្រើនជ្រើសរើសការកំណត់សម្គាល់តាមបណ្តាខេត្តផ្សេងៗ ។

លោក សោម ចិន្តា ប្រធានមន្ទីរទេសចរណ៍ខេត្តព្រះសីហនុ បានមានប្រសាសន៍ថា ខណៈដែលតំបន់ឆ្នេរនៅតែជាទីសំដៅទេសចរណ៍ដ៏ពេញនិយមបំផុតអំឡុងពេលពិធីបុណ្យ មនុស្សជាង ៦០.០០០នាក់ បានមកកំណត់សម្គាល់ក្នុងខេត្តរបស់លោកកាលពីឆ្នាំមុន អំឡុងពិធីបុណ្យរយៈពេល៣ថ្ងៃ ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា “នៅឆ្នាំនេះ ភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកបានធ្វើដំណើរទៅកាន់តំបន់ផ្សេងៗរួមទាំងខេត្តមួយចំនួននៅភាគឦសាន និងខេត្តកោះកុងផងដែរ” ។

អ្នកជំនាញផ្នែកទេសចរណ៍បាននិយាយថា ហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធប្រសើរជាងមុនដូចជា ផ្លូវជាតិលេខ៧ ទៅកាន់ខេត្តក្រចេះ និងស្ទឹងត្រែងបានបើកចំហតំបន់នានានៃប្រទេសកម្ពុជា ដែលពីមុនពិបាកទៅដល់ដោយប្រើរយៈពេលខ្លី ។

លោកហូ វណ្ណី សហប្រធាននៃក្រុមការងាររដ្ឋ និងឯកជនទទួលបន្ទុកផ្នែកគោលនយោបាយទេសចរណ៍បានមានប្រសាសន៍ថា “មានហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធផ្លូវថ្នល់ប្រសើរជាងមុន” ដោយបន្ថែមថា ខេត្តមួយចំនួននៅភាគឦសានព្រមទាំងខេត្តបាត់ដំបង និងខេត្ត

ប៉ៃលិន ថ្មីៗនេះត្រូវបានអភិវឌ្ឍជាតំបន់ទេសចរណ៍ធម្មជាតិ ។

លោក ង៉ែត វិទូ ប្រធានមន្ទីរទេសចរណ៍ខេត្តរតនគិរី បានមានប្រសាសន៍ថា ចំនួនភ្ញៀវទេសចរណ៍ ក្នុងស្រុកបានកើនឡើង ១៦,៥ភាគរយដល់ ៤៥.០០០នាក់ចន្លោះពីថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ដល់ថ្ងៃសៅរ៍ ប្រៀបធៀបរយៈពេល៣ថ្ងៃដូចគ្នាកាលពីឆ្នាំមុន ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា “ឥឡូវនេះយើងមានផ្លូវកៅស៊ូដូច្នេះប្រជាពលរដ្ឋនាំគ្នាធ្វើដំណើរមកខេត្តនេះ” ។

លោកបានបន្ថែមថា នៅឆ្នាំក្រោយនឹងមានផ្លូវកៅស៊ូមួយខ្សែទៀតប្រវែង១២១គីឡូម៉ែត្រ ដែលភ្ជាប់ខេត្តស្ទឹងត្រែង និងខេត្តរតនគិរី ហើយនឹងលើកទឹកចិត្តភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកបន្ថែមទៀតឱ្យធ្វើដំណើរទៅកាន់ទីនោះ ។

លោក ង៉ែត សេងកាក់ ប្រធានមន្ទីរទេសចរណ៍ ខេត្តសៀមរាប បានមានប្រសាសន៍ថា នៅក្នុងខេត្តសៀមរាប ដែលជាតំបន់ទេសចរណ៍ដ៏សំខាន់របស់កម្ពុជា ចំនួនភ្ញៀវទេសចរណ៍ជាតិ និងអន្តរជាតិធ្វើដំណើរមកកាន់ខេត្តនេះបានកើនដល់ ១១៨.១៤៤នាក់ ចាប់ពីថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ដល់ថ្ងៃសៅរ៍ គឺកើន៣.៣៦ភាគរយប្រៀបធៀបរយៈពេលដូចគ្នាកាលពីឆ្នាំមុន ។

មិនមែនតែប្រជាជនកម្ពុជាប៉ុណ្ណោះទេ ដែលធ្វើដំណើរច្រើននៅអំឡុងបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរនោះ ។ យោងតាមលោក ខួយ ត្រី ដែលជាប្រធានគម្រោងអន្តោប្រវេសន៍នៅច្រកត្រួតពិនិត្យអន្តរជាតិ ហិតក្នុងខេត្តស្វាយរៀងបានឱ្យដឹងថា ចំនួនអ្នកធ្វើដំណើរមកពីវៀតណាម រវាងថ្ងៃព្រហស្បតិ៍និងថ្ងៃសៅរ៍បានកើនដល់៣.០០០នាក់បើប្រៀបធៀបនឹងឆ្នាំមុនត្រឹមតែ ១.០០០នាក់ ។

GEM MINE JEWELRY CO

Diamond & Fine Jewelry



Gem Stones - Fine Watches -
Custom Design 14K-18K - Platinum
Repair Done on Premises
108 S 8th St
Philadelphia, PA 19107
Neighborhood: Market East
(215) 928-8108

កីឡាប្រជាជន របស់គណបក្សសម្តេចនុរដ

សូមជម្រាបជូនដល់បងប្អូន សមាជិក សមាជិកា នៃគណបក្សសម្តេចនុរដ ទាំងអស់ឱ្យបានជ្រាប យើងទាំងអស់គ្នាបានប្រារព្ធ ធ្វើកីឡាប្រជាជន របស់គណបក្សសម្តេចនុរដ នៅសហរដ្ឋអាមេរិក និងកាណាដា ដើម្បីជំរុញអរមហាសាមគ្គីភាពរវាងប្រជាជន របស់គណបក្សសម្តេចនុរដ ។ អាស័យដ្ឋាន និងទីតាំងប្រារព្ធគឺ ទីនេះ

ហាងទឹកដ្ឋាន Golden Restaurant
(801 Washington Ave Philadelphia, PA. 19147)

ទីនេះ ថ្ងៃសុក្រ ទី១៣ ខែឧសភា ចាប់ពីម៉ោង ៦នាទី រហូតដល់ ១២ម៉ោង។ ហេតុដូច្នេះបានជម្រាបជូនបងប្អូន យើងខ្ញុំ សូមគោរពអញ្ជើញ លោក លោកស្រី អ្នកនាង កញ្ញា យាយតា ទាំងអស់ សូមអញ្ជើញចូលរួម ដោយមេត្តិភាព និងភាពស្មោះត្រង់ រាប់អានដល់បងប្អូនទាំងអស់ យើងមាន ឥស្សរជន ជាតិខ្មែរចូលរួមផងដែរ លោក **កឹម សុផា** ប្រធានគណបក្សសម្តេចនុរដ និងលោក **ម៉ៅ ឌុន្ទីវ៉ាង** ដែលជាតំណាងនៃ គណបក្សសមរង្ស៊ី ដែលទើបតែបានផ្តាច់មកចូលរួមជា មួយគណបក្សសម្តេចនុរដ នៅកម្ពុជា។ យើងខ្ញុំសង្ឃឹមថា វត្តមានរបស់លោក លោកស្រី និងក្រុមប្រឹក្សាភិបាលនេះ មានភាពស្មោះត្រង់ រាប់អានជាមួយគ្នាដោយស្មោះត្រង់ ហើយជាពិសេស យើងទាំងអស់គ្នាបានធ្វើដើម្បីសង្គ្រោះដល់ប្រទេសជាតិ និងប្រជាជនយើងផងដែរ ដែលកំពុងតែធ្លាក់នៅក្នុងភាពយឺតយ៉ាវយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរចាប់ពីអរមហាសាមគ្គីភាព ។

ព័ត៌មានបន្ថែមសូមចាក់ទង :

លោក វ៉ា សាវ៉ុន	២១៩-៤១០២៨៨៤	លោក ម៉ីម យ៉ីម	២១៩-២០០-៣៨១០
លោក ត្រៃ ហិល	២១៩-២៨៤-៨៦៨៦	លោក ហ៊ុន តេង	២៦៧-៣៤៣-៧៧១០
លោក ធួ កើង	៨៥៦-៣៦១-៤០៤៣	លោក ត្រី ហ៊ុន	២១៩-៩០៨-២០២៦
លោក ជួន វិណាដា	២៧៦-៩០១-៨៩៩៦	លោក ហ៊ុន ក្រីម	២៦៧-៦៧១-៨៧៨៤
លោក យូ គីសេង	២៦៧-២៦៦-១៤៩៦	លោក ចាន់ វិរុទ្ធារ	២១៩-២៩៤-៣៦៤៤

សូមអញ្ជើញចូលរួមអោយបានច្រើនកុះករ ដើម្បីជួយឱ្យគ្នាទទួលបានសេចក្តីជោគជ័យ ជាពិសេសគឺដល់ប្រជាជនយើងទាំងអស់គ្នា និងប្រទេសយើងដែរ។ ដើម្បីជាព័ត៌មានផ្សេងៗសូមបើកទូរស័ព្ទលេខ www.hrpccambodia.info ។

សូមជួយជាភាគទាមកាច់លុបចិត្តដើម្បីជួយឱ្យបងប្អូនរួមគ្នា អាណិតអោយផងដែរ ។

ទីស្នាក់ការកណ្តាលគណបក្សសម្តេចនុរដ ជាន់ខ្ពស់ក្នុងស្ថានភាព !

ត្រូវការការងារ ? ត្រូវការគុណប្រយោជន៍ល្អ ?

ឆក់យកឱកាសនឹងកម្មវិធីដែល **Penn Asian Senior Services** មាន :

ធ្វើជាអ្នកជំនួយថែទាំសុខភាពនៅផ្ទះ (Home Health Aide) :

- *ការហ្វឹកហ្វឺនតំលៃ 4១០០០ និងផ្តល់ជូនអោយកូនសិស្សដោយឥតគិតថ្លៃ
- *ពេលវេលាហ្វឹកហ្វឺនតែ ៨០ ម៉ោងប៉ុណ្ណោះ ហើយអាចផ្លាស់ប្តូរបាន
- *ថ្នាក់រៀនចាប់ផ្តើមនៅក្នុងនិទាធរដូវ (រដូវផ្ការីក) ឆ្នាំ ២០១១ នេះ
- *ថ្នាក់រៀននឹងជួបគ្នានៅ Asian Arts Initiative, Chinatown

ធ្វើជាអ្នកជំនួយការពិសោធន៍ Certified Nursing Assistant (CNA):

កម្មវិធីជំនួយការពិសោធន៍នៅក្នុងនិទាធរដូវ (រដូវផ្ការីក) និងរដូវក្តៅឆ្នាំ ២០១១

- *មានជំនួយក្នុងថ្លៃសាលា
- *រួមទាំងឯកសណ្ឋាន ថ្នាក់អត្តសញ្ញាណប័ណ្ណ និងសៀវភៅមេរៀន !
- *កម្មវិធីមានរយៈពេល ៦ អាទិត្យកន្លះ (ការហ្វឹកហ្វឺនចំនួន ១២០ ម៉ោង)
- *ថ្នាក់រៀនជាភាសាអង់គ្លេស
- *ការហ្វឹកហ្វឺនចាប់ផ្តើមនៅក្នុងនិទាធរដូវ (រដូវផ្ការីក) រដូវក្តៅឆ្នាំ ២០១១
- *ថ្នាក់រៀនតែក្នុងពេលល្ងាច មានពីរ ម៉ោង៥:០០ ដល់ ម៉ោង៩:០០)
- *ថ្នាក់គ្លីនិកមានក្នុងថ្ងៃសៅរ៍ និងថ្ងៃអាទិត្យនៅ Rydal Park (1515 The Fairway, Rydal, PA 19046) ពីម៉ោង ៧:៣០ ព្រឹក ដល់ម៉ោង ១:៣០ រសៀល និងពីម៉ោង ៧:៣០ ល្ងាចដល់ម៉ោង ២:០០ រសៀល

តម្រូវការតម្រូវការ

- *ត្រូវចេះអាន សរសេរ និងនិយាយភាសាអង់គ្លេសក្នុងកម្រិតថ្នាក់ទី ៦ (នឹងមានធ្វើការវាយតម្លៃ ផ្នែកភាសាអង់គ្លេស)
- *មានសញ្ញាបត្រមធ្យមសិក្សា ឬ សញ្ញាបត្រ GED ក៏មានអាទិភាព ប៉ុន្តែមិនមែនជាប្រយោជន៍
- *ប្រឡង Mantoux (PPD) ពីរដំណាក់កាល
- *ការពិនិត្យរាងកាយ
- *ថ្លៃចុះឈ្មោះ 4១០០



*ប្រវត្តិរូប

- *របាយការណ៍ផ្ទាល់ខ្លួន (របាយការណ៍ ២ កថាខ័ណ្ឌ សរសេរអំពីហេតុអ្វីបានជាអ្នកចង់ធ្វើជាអ្នកជំនួយការពិសោធន៍)
- *លិខិតស្នាមដៃបញ្ជាក់ថា អ្នកអាចធ្វើការនៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកបាន
- *អាចឈរបានយូរ អាចលើកវត្ថុទំងន់យ៉ាងតិចណាស់ ៤០ ផោន ហើយដៃទាំងពីរអាចប្រើការបាន

ចុះឈ្មោះនៅក្នុងថ្ងៃនេះ! ថ្នាក់រៀនមានកំណត់

ព័ត៌មានបន្ថែមសូមទូរស័ព្ទមកកាន់ Jenny Sanchez តាមរយៈលេខ 215.572.1234

ប្រភេទការងារអង់គ្លេស :

- *រៀនភាសាអង់គ្លេស ត្រៀមខ្លួនដើម្បីអាជីពក្នុងផ្នែកសុខាភិបាល
- *ថ្នាក់វិជ្ជាជីវៈភាសាអង់គ្លេសជាភាសាទីពីរ Vocational English as a Second Language (VESL)
- *ថ្ងៃទី ២៦ ខែមេសា ដល់ថ្ងៃទី ១៤ ខែកក្កដា ឆ្នាំ ២០១១

*នៅ Penn State Abington

រាល់ថ្ងៃអង្គារ និងថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ ពីម៉ោង ៥ ដល់ម៉ោង ៨ល្ងាច
ថ្ងៃសៅរ៍ ពីម៉ោង ៩ព្រឹក ដល់ម៉ោង ៣រសៀល
តម្លៃ: \$100 ថែមទាំងតម្លៃសៀវភៅ (\$60)

ចុះឈ្មោះនៅក្នុងថ្ងៃនេះ! ថ្នាក់រៀនមានកំណត់

ព័ត៌មានបន្ថែមសូមទូរស័ព្ទមកកាន់ Jenny Sanchez តាមរយៈលេខ: 215.572.1234

Penn Asian Senior Services 420 Old York Road Jenkintown, PA 19046

ទូរស័ព្ទ: 215-572-1234

ទូរសារ: 215-572-1102

គេហទំព័រ: www.passi.us

អ៊ីមែល: info@passi.us



ការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិត

ទូរស័ព្ទ : (267) 210 7870



ក្រហឫកបណ្តាលមកពីការធ្លាក់
ឬធ្លាក់ចុះក្បាលចុះ :

Slip & Fall	រមែង មិនដឹង
Auto Accident	គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត
Back Pain	ឈឺខ្នង
Headache	ឈឺក្បាល
Neck Pain	ឈឺកញ្ចឹង



► មានមន្ត្រីជំនាញ និងមានបទពិសោធន៍
ទូរស័ព្ទ Tel: (267) 210 7870
► មានការស្រាវជ្រាវ ប្រើប្រាស់
វិធីសាស្ត្រវេជ្ជបណ្ឌិត (Chiropractic)

South Office: 215-776-6215
PAIN & INJURY
CHIROPRACTIC CENTER
1100 Washington Ave., Lot C, Unit #C2
Philadelphia, PA 19147
Tel: 215-468-7258

North Office: 287-408-6150
VN Chiropractic Center
5416 N. 5th St
Philadelphia, PA 19120
Tel: 215-324-1400



ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍អន្តរជាតិ-អង្គរ
Angkor International Travel Agency

សួស្តី ឆ្នាំទី១១
Calendar 2011

World Wide Travel & Tour Service
Cambodia - Vietnam - Laos - Thailand

ទទួលបានប្រាក់ទៅស្រុកខ្មែរ សេវាអន្តោប្រវេសន៍
សេវាលិខិតឆ្លងដែន កក់សណ្ឋាគារ ឬជួលឡាន

USA
4931 N. Old York Rd.
Philadelphia, Pa 19141
Tel: (215) 329-2036
Fax: (215) 329-7176
General Manager NARY PO
angkortravelphilly@yahoo.com

Cambodia Office: Victory Travel (Skin Belle)
No 57B, Eo Street 205 Toul Svay Prey 2.
Phnom Penh, Cambodia.
Ms. Chenda: 023-221069 * 012-851575
Or Mr. Sin Po: 012 429407 * 011-541111.

SERVING SINGAPOR, EVA AIR, CHINA, ASIANA KOREAN AIRLINES



ហាងមាសរស្មី

SUNSHINE JEWELRY, INC.
215-271-2950

Certified Diamonds & Golds (24K & 18K)
Men & Women Jewelries & Watches
Custom Design & Repairs on Premise
15 Years in Services & Growing Strong



702 Washington Ave. Phila., PA 19147
www.sunshinejewelryonline.com



តមកទំព័រទី ០១

ឆ្លាក់ឆ្នាំថ្មីឱ្យត្រូវតាមការស្រមៃ..

ឬក៏បានជួបជុំគ្នាសារ គួរស្នេហ៍ បញ្ចេញស្រព័ន្ធមារសត្រូវ ហើយតិចតួចណាស់ដែលបន់ស្រន់រកដំណោះស្រាយកាតសាហាវ ដូចជាប្រាថ្នាឱ្យមនុស្សណា រលាយរលត់ ក្ស័យខ្វះ ឬស្លាប់តែហោង ឬប្រាត់ប្រាស់គ្រួសារ...។ ដើម្បីការបន់ស្រន់សុំសេចក្តីប្រាថ្នា កើតផលសម្រេច ពុទ្ធសាសនាទាំងអស់បានយកព្រះ ពុទ្ធរូបទៅឧទ្ទិសបាទ សុំព្រះពរពិព្រះនាមម្ចាស់បុត្រី

មនុស្សឱ្យបានជាតម្រោងអនាគតជីវិតរបស់ខ្លួន ដែលនឹងមានភាពប្រសើរឡើងជាមុនជាដរាប តែ លក្ខខណ្ឌនេះ ពុំអាចកើតឡើងដោយគ្មានការត្រៀម ទទួលស្គាល់ភាពថ្មីដែលនឹងមកដល់នោះទេ។ រង្វាន់ ឬជំនួសដល់មិត្តភក្តិ កូនចៅនាឱកាសដ៏សំខាន់នោះ នឹងផ្តល់នូវភាពរាប់អាន ស្រឡាញ់កាន់តែខ្ពស់ តែក៏ ត្រូវនឹកគិតត្រៀមរង់ចាំឱកាសលំបាកដែលនឹងមក



នៃព្រះត្រៃបិដក តំណាងឱ្យព្រហ្មញ្ញសាសនា ដែល វប្បធម៌លាយគ្នានេះ បានចាប់បដិសន្ធិតាំងពីកំណើត នៃគ្រីស្ទសករាជមក ពុំអាចរំលោភឱ្យកាត់ឱ្យរលំ ថា ដំណើរនៃវប្បធម៌មនុស្សពលនេះគ្មានប្រសិទ្ធភាព សោះទេនោះបានឡើយ ។ ម្លោះហើយនៅតាមទ្វារ ចូល ឬនៅមុខផ្ទះនីមួយៗ គុតាំងពិធីទទួលទេវតាថ្មី បានរៀបចំប្រណីតខុសៗគ្នា ដើម្បីទាក់ទាញអង្គ ទេវតា ឱ្យចុះមកប្រសិទ្ធពរជ័យក្រុងស្រុកខ្លួន ។ ពីមួយឆ្នាំទៅមួយឆ្នាំ ពិធីសន្សំរបស់ពលរដ្ឋរាប់ ម៉ឺនសែននាក់ បានឆ្លាក់រូបភាពនៃក្តីស្រមៃរបស់

ដល់ ដោយមិនធ្វើជំនួស ឬធ្វើបុណ្យឱ្យលើសពីចំនួន សម្បត្តិដែលនឹងត្រូវការជាបាច់សម្រាប់គ្រួសារខ្លួន រស់នៅនោះឡើយ ។ បើលោកមិនទាន់មកដល់ គេ នៅតែត្រូវត្បិតត្បៀងសន្សំសំចៃ បើលោកមកដល់ ក៏ត្រូវត្រៀមរៀបចំសម្បត្តិនោះឱ្យត្រូវវង្ស រៀប គម្រោងបង្កើនគុណភាពនៃជីវិតដោយមិនគិតងាយ ។ ដោយឡែកផ្សេងទៀត បើគេផ្សំឱ្យជួបតែគូរព្រេង ឬមនុស្សល្អ ក៏គេត្រូវត្រៀមខ្លួនឱ្យទៅជាមនុស្ស បរិសុទ្ធ សុចរិតគួរឱ្យសេចក្តីជឿជាក់ ជាមនុស្សចេះសំអាត (តទៅទំព័រទី ១៦)

Vihi Insurance-Income Tax Mortgage-Realty

ធានារ៉ាប់រង_តាក់លើប្រាក់ចំណូល_ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ_ទិញលក់ផ្ទះ

Insurance

(Licensed PA, NJ & DE)

Home • ផ្ទះ
Business • ធុរកិច្ច
Car • រថភ្លើង
Health • ធុរកិច្ច

Income Tax

តាក់លើប្រាក់ចំណូល

Individual • ឯកជន
Business • ធុរកិច្ច
Pay Roll • ប្រាក់បៀវត្ស
Forming New Business • បង្កើនថ្មី
Home Deed Transfer • ប្រាក់បៀវត្ស
Auto Title Transfer • ប្រាក់បៀវត្ស

Vihi Mortgage

(Licensed by PA Dept. of Banking)

Hiep Vo, MBA, President
Finance Refinance your home
Low interest Rate & Down Payment
Fast Preapproval

Vihi Realty Co

Dr. Hanh Vo, Broker/Owner Cell (267) 664-2689
Buy & Sell Properties & Businesses
Visit: www.dhanh.net for more foreclosure homes

Mon-Fri: 10 am-6pm
Sat: 11 am-3pm

INCOME TAX

Auto Home Business Life

VIHI ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ

- អាជ្ញាបណ្ណ PA កម្រិតខ្ពស់បំផុត
- បរិញ្ញាបត្រ MBA ប្រធាន
- ផ្តល់ប្រាក់កម្ចីក្នុងការរៀបចំផ្ទះលក់ដល់អតិថិជន
- ការប្រាក់តាមតម្រូវការរបស់អតិថិជន
- គម្រោងរៀបចំ

North Phila - 215-276-8441
5225 N. 5th Street
Phila., Pa 19120

South Phila - 215-336-0600
1519 W. Passyunk Ave.
Phila., Pa 19145
www.vihifinancial.com

PHARMACY

RITE PRICE • RITE ADVICE • WE CARE

Nhà Thuốc Tây
藥房
ឱសថស្ថាន

ឱសថការីខ្មែរ ជាន់ ចាច់

លើមានទីតាំងនៅចន្លោះផ្លូវ Old York Rd.
និង Rockland St
នៅ "Buy Rite Pharmacy" លើផ្លូវ
ផ្តល់នូវសេវាបុគ្គលតាមព្រះមាត្រៈ

- តម្លៃថោកៗបំផុត
- យើងពុំយកប្រាក់បន្ថែម ខ្លួនយើង - លើសបុត្រមេឌីកែល
- ការពិនិត្យ និងពិភាក្សាជាមួយគ្រូវិទ្យាល័យអស់
- ការទទួលស្គាល់មន្ត្រីវេជ្ជសាស្ត្រ និងផ្តល់សេវាដោយហ្មត់ចត់
- មានស្តុកប្រភេទឱសថគ្រប់មុខ
- មានឱសថវិទ្យាសាស្ត្រ - ឱសថវិទ្យាសាស្ត្រ និងឱសថករណីទាំងឡាយសម្រាប់ការព្យាបាលមុខជំងឺ
- ទទួលបានឱសថតាមវេជ្ជបញ្ជា (តាមវេជ្ជបញ្ជា)
- យើងបញ្ជូនថ្លៃថ្នាំពេទ្យជូន - ឱ្យស្មើនឹងតម្លៃដែលថោកជាង

ម៉ោងធ្វើការ :

ច័ន្ទ-សុក្រ : 9:30am-7pm
សៅរ៍ : 9am-5pm
អាទិត្យ : បិទទ្វារ

Tel: 267-297-5879
Fax: 267-297-5880

1337 W. Rockland St.
Philadelphia, PA 19141

DRANOFF ASSOCIATES

Attorneys at Law

ប្រធានាធិការ អាស៊ូស៊ីយ៉េត (DRANOFF ASSOCIATE)
គឺជាមណ្ឌលការពារតាមផ្លូវច្បាប់ ដែលធ្វើការប្រកបដោយ
ភក្តីភាព ដើម្បីតំណាងឱ្យអ្នករងគ្រោះ ដែលមានរបួស
រូបរាងកាយ ។

ស្ទីវិន ប្រធានាធិការ (STEVEN DRANOFF) គឺជាមេធាវី
នៅសាលាក្តីមានបទពិសោធន៍យ៉ាងខ្ពស់ខាងសេវាច្បាប់
ពេញលេញ ។

យើងធ្វើការដោយយកកិត្តិយសការងារដែលប្រគល់ឱ្យ
លោកអ្នកមិនចាំបាច់ចេញថ្លៃចំណាយអ្វីមុននឹងលោកអ្នក
ទទួលបានប្រាក់សងពីមុខរបួសលោកអ្នកនោះទេ ។

ជំនួយខាងផ្លូវច្បាប់អាចផ្តល់ជូនជាភាសា ស្បៀង ខ្មែរ វៀតណាម កូរ៉េ និង ចិន ។

- របួសលើរាងកាយ : គ្រោះថ្នាក់រថភ្លើង, ឡានឈ្នួល "សិបតា", ឡានត្រីក, តាក់ស៊ី, ជិកកង់, ថ្មើរជើង, រមែងដួលលើទឹកកក, លើចិញ្ចើមថ្នល់ ឬក្នុងអាគារលក់ទំនិញ, គ្រោះថ្នាក់ដោយបានទិញរបស់ខូចមកប្រើ ឬក៏ផ្តេខាំ... ។
- ការប្រហែសក្នុងវិជ្ជាជីវៈ និងសិទ្ធិរបស់អតិថិជន : ព្យាបាលតាមវិជ្ជាពេទ្យពុំបានត្រឹមត្រូវ, មរណភាពឥតសមហេតុផល, រាយការណ៍ក្នុងការថែទាំមនុស្ស... ។

DRANOFF ASSOCIATES

121 South Broad Street, Suite 1210, Philadelphia, PA 19107
215-732-3333 (phone) 215-732-8059 (fax)
sdranoff@dranofflaw.com



**ភោជនីយដ្ឋាន
អាសយដ្ឋាន
China Star**

**មានម្ហូបចិន
ម្ហូបប្រើប្រាស់
ម្ហូបចិនកប់តុប
ម្ហូបម៉ុងហ្គោល**

Chinese -Polynesian -Cantonese -Mandarin
369 Broadway St., Lowell, MA 01854
Tel: 978-454-7578, 978-454-7507

Open Daily: Sun. to Thurs. 11:00 AM to 1:00 AM
Fri. and Sat. 11:00 AM to 3:00 AM



យើងអាចយកម្ហូបទៅដល់ផ្ទះបាន

We Deliver All Day: 11:30 AM to 1:00 AM Available to most areas.
Min. \$10.00 Delivery Charge \$2

ប្រអូងឆ្កែម និងខ្នុរពិសេស \$16.95

SPECIAL 2 Lobsters
w/ Scallion & Ginger \$ 16.95

PAD THAI

"ផាត់ ថៃ" មានម្ហូប ឡាវ ខ្មែរ និង ថៃ

Lao, Cambodian & Thai Food
1527 Middlesex St. #7 Lowell, MA 01851
Tel: (978) 455-3121
(behind Tae Kwon Do Plaza)

ពិសារក្នុងរោង :

- ▶ ភោជនៈ អាស៊ី និងបំពេញបន្ថែមមិនយកថ្លៃ
- ▶ មិនយកកម្រៃសម្រាប់កុមារអាយុតិចជាង១០ឆ្នាំ

Eat In:
Free soft drink includes refill
Free for Children Under 10 Years Old

ទិញយកចេញក្រៅ :

- ▶ ទិញម្ហូប \$20 រួមតាម ទំហំបាយសម្រាប់ម្ហូប ដោយឥតគិតថ្លៃ

Take-Out:
Purchased with \$20 (before tax)
get free chicken wings
www.Padthai.foodler.com

PARTY PLATES
Purchase with \$100 get discount 10%

Business Hour: Mon. - Sun. 11:00 AM to 9:00 PM
Free Delivery: Mon. - Sun. 11:00 AM to 9:00 PM

NEW CHINA PEARL DIM SUM

288 Mishawum Rd., Woburn, MA 01801
Phone: (781) 932-0031/Fax: (781) 932-0346
www.NewChinaPearl.com
From Boston 95 South; Exit 37B, from Lowell 93 South; Exist 37B, from RT-128; Exit 36.

ភោជនីយដ្ឋានចិនប្រភេទអាស៊ីស្នូលអាហារប្រភេទចិន និងក្រុមគ្រួសារមកពីក្រោយជាមួយម្ហូបអាហារមកពី ហុងកុង និងប្រទេសអាស៊ីនានាជុំវិញ។ យើងមានសាលក់ កំសាន្តសំរាប់ ពិធីការ ប្រព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗ និងខាងក្នុង ភ្ញៀវត្រូវបាន កន្លែងចតឡានមិនយកថ្លៃ ហើយមានសុវត្ថិភាពល្អ ។

\$19.99 Per/person
Sunday Night Buffet Included • Lobster/Steak

ភោជនីយដ្ឋាន ព្យួរ អាសយដ្ឋាន ភើល

ការភ្ញេច Karaoke
Thursday – Saturday Night
8 p.m. – 11:45 p.m.

Restaurant & Bar
ភោជនីយដ្ឋាន និង បារ

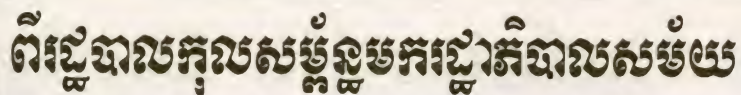
Ballrooms for Wedding & Party
មានភ្នាក់ងារសំរាប់ពិធីការ ឬប្រជុំកំសាន្ត

មានម្ហូបស៊ីម្រាល់ថ្ងៃ DAILY DIM SUM
Weekdays: 11 a.m.–3 p.m.
Weekends: 10 a.m.–3 p.m.

BUSINESS HOURS: Mon – Wed 11 a.m. – 10 a.m./Thurs. & Fri. 11 a.m. - 12 Midnight / Sat. 10 a.m. - 12 Midnight / Sun. 10 a.m. – 10 p.m. Delivery Hours 11 a.m. – 9 p.m. min. \$15 order plus \$2 delivery.

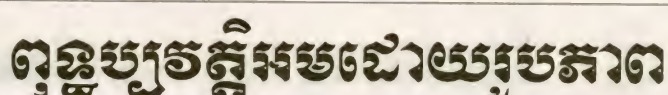
ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃអង្គារ ទី១៩ ខែមេសា ឆ្នាំ២០១១

រូបនេះនឹងដំបងឫស្សីចំនួន៣ដំបង ។ យោងតាមលោក ជ គឿន
អធិការរងនគរបាលស្រុកបានឱ្យដឹងថា បុរសជាតិពុកបានវាយ
ក្មេងប្រុសនេះ នៅពេលវាមិនព្រមទៅដងទឹកអណ្តូងនៅក្បែរ
នោះ មកឱ្យគាត់នៅពេលយប់ជ្រៅ ។ ជនសង្ស័យបានផឹក
ស្រាសអស់ប្រហែល២លីត្រនៅពេលដែលឧប្បត្តិហេតុបាន
កើតឡើង ។ លោក ជ គឿន បានមានប្រសាសន៍ថា “ជនល្មើស
រូបនេះញៀនស្រា ។ គាត់បានទៅផឹកស្រាសនៅក្នុងភូមិចាប់តាំង
ពីពេលព្រឹក ហើយបានត្រឡប់មកផ្ទះវិញនៅពេលយប់ជ្រៅ
ដោយទុកឱ្យកូនប្រុសរបស់គាត់នៅតែម្នាក់ឯងដោយគ្មានម្តាយ
អាហារបរិភោគ” ។ លោកបានបន្ថែមថា ម្តាយរបស់ក្មេងប្រុស
រូបនេះបានស្លាប់ជាច្រើនឆ្នាំមកហើយ ហើយថាគ្រួសារនេះ
ក្រីក្រណាស់ ។



• ២៥ មិថុនា : នៅព្រុងយ៉ាង សម្តេច សីហនុ គម្រាមថា "នឹងមិនចូលរួមក្នុងសនិសិទ្ធអន្តរជាតិ

(នៅមានតលេខក្រោយទៀត)



១២០- ព្រះអង្គទ្រង់ប្រមើលមើលឃើញថា ហេតុអ្វីបំផុត នៃការអនោលវិលកើតស្លាប់ៗក្នុងសមុទ្រសង្សារនៃទុក្ខគ្មាន ឌីបបញ្ចប់ ដែលមនុស្សសត្វទាំងឡាយតែងតែធ្លាក់លិចលង់ គឺ សេចក្តីឆ្ងល់រង់ចាំកាន់ច្រឡំ (មោហៈ) និងការជាប់ជំពាក់ ទៅនឹងកាយភោគៈសប្បាយភ្លើតភ្លើន ។ ចំពោះមនុស្សសត្វទាំង ឡាយណាដែលមានការឡើយណាយក្នុងសង្សារច្រកនៃការកើត ស្លាប់ៗនេះ មានមាត់តែមួយតត់ដើម្បីតេចវេសជៀសវាងឱ្យ ផុត ពីការកំចាត់បង់ ឬគាស់រំលើងចោលឱ្យអស់នូវកាមតណ្ហា ទាំងឡាយ ។ ព្រោះហេតុដូច្នោះ ព្រះសិទ្ធត្ថបរមពោធិញ្ញាណ ទ្រង់ក៏បានសំរេចនូវ **វាសចក្ខុយញ្ញាណ** ជាទីអស់នៃកង កិលេសទាំងឡាយដែលជាគ្រឿងត្រាំនៅក្នុងខន្ធសន្តាន ។ ព្រះអង្គ ទ្រង់ជ្រាបច្បាស់ថា ព្រះអង្គបានរួចផុតពីកិលេសតណ្ហា និងកង អវិជ្ជាធូលីរង់ចាំកាន់ច្រឡំទាំងឡាយហើយ ព្រះអង្គទ្រង់ បានរកឃើញហេតុដែលនាំឱ្យកើតទុក និងវិចិត្រាស្ត្រនៃការ គាស់រំលើងសេចក្តីទុក និងទ្រង់បានជ្រាបដោយព្រះអង្គឯង យ៉ាងច្បាស់ថា ព្រះអង្គបានត្រាស់ដឹងមន្តសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ពេញបរិបូរហើយ នេះជាព្រឹត្តិការណ៍មួយដ៏អស្ចារ្យដែលកើត មានឡើង **មុនពេលថ្ងៃនៃថ្ងៃឆ្នាំ៥៩កើតពេលបូណ៌មី ខែកើតសាខ** ។ ព្រះសិទ្ធត្ថគោតមនៃសក្យត្រកូលទ្រង់បានសំរេច ការត្រាស់ដឹងប្រពៃបានត្រាស់ជា **ព្រះពុទ្ធ** ក្រោមដើមពោធិ ព្រឹក្ស ក្បែរផ្លូវដង្កូវនៃរោង ក្នុងព្រះជន្មពាវស្សា ។ ព្រោះហេតុ ដូច្នោះ ហើយពិភពលោកក៏បានទទួលនូវពន្លឺប្រមីបដ៏ភ្លឺ ចិញ្ចែង ចិញ្ចាចតាំងពីពេលនោះមក ។

in, is ignorance (Moha) and the attachment to transient and illusory pleasures. And for those who are unwilling to remain in the cycle of death and rebirth, there is only one way to escape; that is, by the complete destruction or elimination of all lustful desires. Siddhartha thus acquired Asravaksaya, the extinction of outflows. He knew that he: had delivered himself from all discovered the cause of and the method of elimination of all suffering, and that he had attained enlightenment. This was a great event that occurred before dawn on the full moon day of the Visahka month. Siddhartha Gautama of the Sakya Clan, at the age of thirty-five, attained supreme enlightenment and became the Buddha under the Bodhi tree by the bank of the Nairanjana River. Since then the world has possessed a shining lamp.

120- Finally he observed that the ultimate cause of the turning round of birth and death in the vast sea of worldly suffering, that mankind and all other sentient being are involved

in, is ignorance (Moha) and the attachment to transient and illusory pleasures. And for those who are unwilling to remain in the cycle of death and rebirth, there is only one way to escape; that is, by the complete destruction or elimination of all lustful desires. Siddhartha thus acquired Asravaksaya, the extinction of outflows. He knew that he: had delivered himself from all discovered the cause of and the method of elimination of all suffering, and that he had attained enlightenment. This was a great event that occurred before dawn on the full moon day of the Visahka month. Siddhartha Gautama of the Sakya Clan, at the age of thirty-five, attained supreme enlightenment and became the Buddha under the Bodhi tree by the bank of the Nairanjana River. Since then the world has possessed a shining lamp.

(នៅមានតម្លៃខ្ពស់)

(Continued After Issue)

(Continued from page 01)

Cambodian New Year

The first day of the New Year is called **Maha Songkran**. This means the ending of the year and the beginning of the new one. People have their home cleaned, shrines are served with different fruits, drinks, sweets, foods, flowers, light candles and burn incense sticks to welcome the new deity. Family members also come together all dress up to pay homage at the Buddhist Temple to offer thanks for the Buddha's teachings; prostrating themselves three times before the Buddha image in a bowing and kneeling positions.

People like to wash their face with holy water in the morning, their chests at noon, and their feet in the evening before they go to sleep for good luck.

The second day of the New Year is referred to as **Virak Wanabat**. On this day people would contribute charity to the less fortunate by helping the poor, homeless, and low-income families. People dedicate this day to offer ceremony to their ancestors at the Buddhist Temple.

The third day is called **Tngay Leang Saka**. Today is a Buddhists cleansing day. Buddha statues and the elders are being cleansed with perfumed water. This ceremony is thought to be a "kind deed" that will bring longevity, good luck, happiness and prosperity in life.

Each Buddhist Temple organized its own New Year schedule and events in the United States. In Revere, Wat Ratanarangs

and community volunteer staffs organized the community event took place on Saturday, April 16th from 1:00pm to 3:00 pm. Thornton Street, the Temple Street was block with security presented. The event held on stage, built from woods that sit on the Temple property, at one side of the Temple between the front Temple gate and wall. Major activities included: the parade of the Chhay Yam, the seven colors outfit that representing the seven days wardrobe, and band entertainment and dance. The participants were from Revere, the Metro-Boston, Lowell, Worcester, Lynn, and Philadelphia. Honor guests included the Revere Mayor and Chief of Revere

Police Department.

Wat Sanghikaram in Lynn hosted a community event on Sunday, April 17th from Noon until 5:00pm. The community organizers provided free foods, made available to all attendees out in the open space between the Sala Chan and the Kot. The band was sheltered under the tent by the Kot, leaving plenty of dancing space for all the temple goers and community members who were looking for Free New Year fun. Despite the rain comes and go, teasing with some little sun here and there the crowd seem to enjoy themselves dancing throughout the afternoon.

(Continued to page20)



ហាងឡូស៊ីសជូលរថយន្ត

បើចង់ឱ្យរថយន្តលោកអ្នករត់បានល្អ សូមអញ្ជើញ

Rathe's Auto Service

State and Emission
Inspection General
Repairs and Maintenance

MON-SAT, 8:30AM-5:30PM
SUN. EMERGENCY ONLY



- ជាងមានបទពិសោធន៍ជាយូរឆ្នាំ -ជួសជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ
- មានដូរប្រេង ដូរហ្វ្រាំង ដូរកង់ និងករណីជាច្រើនទៀត ។
- មានត្រួតពិនិត្យគ្រឿងម៉ាស៊ីន DIAGNOSTICS ដោយឥតគិតថ្លៃ
- មានចុះថ្លៃពិសេស ចាប់ពីខែកុម្ភៈ ២០០៨ ទៅ : - ដូរប្រេងកំរិត ៥ ក្បាត \$22
- INSPECTIONS រថយន្តឆ្នាំ 96 up \$49.99+ តាក់ -មានជួនបំណុលពិសេស សំរាប់ដូរប្រេងចុះថ្លៃពាក់កណ្តាល នៅពេលយកមកជួសជុលអស់តម្លៃ \$150.
- តម្លៃជួសជុលទូទៅ សមរម្យ ដោយទាបជាងហាងជួសជុលផ្សេងៗទៀត ។
- ប្តេជ្ញាចិត្តធ្វើជួនដោយហ្មត់ចត់ គុណភាពខ្ពស់ មិនឱ្យខុសបំណងលោកអ្នកឡើយ។
- ពិសេស ជួយទៅពិនិត្យដល់កន្លែងនូវរថយន្តណាដែលខូច STARTER ឬ ផ្ទុះអាគុយអស់ភ្លើងដោយឥតគិតថ្លៃ ។ សូមអរគុណ !

5105 N.2ND ST., PHILADELPHIA, PA 19120. TEL : (215) 329-2418
Fax : (215) 329-2419. Rath CELL : (215) 431-6376

ANGKOR AUTO SERVICE, INC.

ហាងជួសជុលរថយន្ត “អង្គរ”

Free
Estimate

Auto Body and Maintenance

BODY WORKS
Auto glass and windshields
Auto Frame Straightening and Painting



មានបទពិសោធន៍២០ឆ្នាំ ជាជាងរថយន្តមាន
សញ្ញាបត្រវាយតម្លៃការងារដោយឥតយកថ្លៃ
ហើយយើងជួយសន្សំប្រាក់តម្លៃបន្ថយរបស់
អ្នកសូមបានផង យើងផ្តល់សេវាគ្រប់យ៉ាង :

**ENGINE AND TRANSMISSION
SERVICES**

- State Inspection
- Check Engine Light Diagnostic
- Timing Belt Services
- Complete Tune Up:
- Brake -Muffler -Struts
- Water Pump -A/C
- Bearing Services



From the moment you get
into car accident, we will
take care of you from towing
to calling your insurance,
and to get a rental car for
you. With Angkor Auto, you
can be worried free.

4835 N. 16th Street. Philadelphia, PA 19141
Tel : (215) 455-7810 / Ricky : (215) 485-1425

តក់កង់ទី ០១

ធ្លាក់ធ្លាក់ឱ្យត្រូវតាមការស្រមៃ..

រូបកាយ ទឹកនៃរូបរាងនៅ សមជាមនុស្សមានមាយាទ សណ្តាប់ធ្នាប់គួរសេចក្តី ហើយជាពិសេស មានការ ត្រៀមទទួលចែករំលែកភាពរីករាយ សម្បូរសប្បាយ ជាមួយនិងមនុស្សដែលនឹងមកដល់...។ល។ ធ្វើ របៀបនេះបាន ទើបហៅថា ការបន់ស្រន់ គឺជា ឥរិយាបថសំខាន់ មានការទទួលខុសត្រូវ គឺយើងជា ជាងចម្លាក់នូវអនាគតរបស់ខ្លួនបាន ដោយប្រើកម្លាំង នៃការស្រមៃដ៏មានជំនឿរឹងមាំមួយ។

ពេលស្រង់ព្រះ ពេលពូនភ្នំខ្លាច...។ល។ ពាក្យឧទ្ទិស និងបង្ហាញនៅដដែលៗ ដោយមិនបានដឹងទៅ ដល់ថា "ចុះបើពាក្យឧទ្ទិសទាំងនោះ បែរជាបាន សម្រេចនាឆ្នាំនេះទៅវិញ តើជីវិតអាត្មាអញនឹងត្រូវ ផ្លាស់ប្តូរឬទេ? តើអាត្មាអញបានត្រៀមខ្លួនហើយ ឬទេ? ការខកខានពុំបានត្រៀមផ្លាស់ប្តូរ ក៏អាចជា បុព្វហេតុនៃការខ្សៀលលាក់ ឬក៏រលាយលាក់នោះ ទៅវិញដែរ។



ថ្ងៃបុណ្យចូលឆ្នាំនេះ គេបានកត់សំគាល់ថាមាន អ្នកបន់ស្រន់សាកល្បង ធ្លាក់អនាគតនៅគ្រប់ ដំណាក់កាលនៃពិធីដ៏ត្រកាលត្រងនេះជាច្រើនដង និងច្រើនដងព្រះសង្ឃ និងអាចារ្យបានប្រឹងប្រែង សំដែងពិធីឱ្យមនុស្សមកបន់ស្រន់ នៅពេលសូត្រមន្ត

ជាមួយនឹងជាឱកាសពង្រឹងបំណងប្រាថ្នាឱ្យរិត តែរឹងមាំ តែការត្រៀមខ្លួនពុំមែនជាឱកាសទេ តែ ជាទង្វើប្រចាំជីវិតដែលត្រូវស្វាសនិមួយៗ ត្រូវតែមាន ក្បួន មានការណែនាំត្រឹមត្រូវ លោកអ្នកនឹងអាច ធ្លាក់វាសនាឱ្យឡើងខ្ពស់ទៅបាន ។

East Coast Center

for Plastic & Laser Surgery

Mai Ngoc Tran, M.S., Skin Care Specialist
Joseph A. Russo, M.D. F.A.C.S
Plastic & Reconstructive Surgeon
www.eastcoastsurgery.com



Skin Care Products



Tummy Tuck



Breast Lift



Beast Enlargement



Nose Surgery



Eyelid Surgery



Face Lift



Dermabrasion

ចាប់តែសម្បែងយើងខ្ញុំមានឥទ្ធិពលកែសម្រួល បុរស-ស្ត្រី ដែលមាន អាការៈដូចជា: ខ្លាញ់ក្បាលពោះ ពណ៌ស្បែកដង្កូវ កែខ្វែងច្រមុះ កែត្របកភ្នែក កែមុខស្រស់ស្អាត...។ល។ និង។ល។ និងមានលក់ឧបករណ៍កែសម្រួលផ្សេងៗជាច្រើនទៀត

381 West Broadway South Boston, MA 02127
(617) 464 - 0001

ការិយាល័យច្បាប់

ERIK B. JENSEN P.C
A Profesional Corporation

We Handle All INJURY CASES

- Auto/Bus/Train/Motorcycle
- Slip and Fall / Workplace Accidents
- Medical Malpractice
- Nursing Home Neglect
- Dog Bites / Wrongful Death

Criminal Defense – DUI

Adult & Juvenile

Felonies / Misdemeanors / Drug Offenses

Weapons Charges / Murder / Manslaughter

Robbery / Burglary / Theft / Rape / Child Abuse

Drunk Driving / Traffic Violations

BANKRUPTCY

Sheriff Sales / Foreclosures / Repossessions

Credit Repairs / Tax Liens



FAMILY

Divorce / Support
Alimony / Child Custody
Protection From Abuse
Visitation / Adoptions

REAL ESTATE

Commercial – Residential
Buying / Selling
Settlements / Closings

Wills, Estates & Trusts Social Security

BUSINESS

Contracts / Negotiations
Litigation
Start-ups / Financing
Collections

TAX PROBLEM

IRS Disputes / Tax Fraud
Audits / Liens / Levies
Tax & Estate Planning

មានអ្នកបកប្រែភាសាខ្មែរ

Rely On Over
26 Years Of Experience



WWW.ERIKJENSENLAW.COM

we have Khmer staff



Voun Lay, BS
Marketing Coordinator
267-738-7006

FREE Consultation ERIK B. JENSEN, P.C. Attorneys At Law

215-546-4700 24 HOUR AVAILABILITY 800-522-6606
1528 Walnut St., Suite 1401 Philadelphia



ជោគជ័យកាសីទាំង១២ប្រចាំឆ្នាំថ្មី៖



ឆ្នាំជូត ការងាររត់ការភាគច្រើនទទួលបានជោគជ័យ ក្នុងសង្គម ការងារអាចមានការដោះដូរចោលរាយការណ៍ ។ អ្នកធំ ឬមិត្តភក្តិ ហាក់សម្លេងការសោះអង្គើយដាក់ ។ ខែនេះមានតម្រូវច្រើន វាយលុយកាក់អស់ច្រើន តែមិនដល់ខ្វះរត់រើសអ្នកដទៃនោះទេ ។ ខែនេះ មិនគួរប្រថុយប្រថានដាក់ទុនរកស៊ីនោះទេ ។

ឆ្នាំឆ្កែ លោកអ្នកមានអារម្មណ៍ស្លឹកស្រព័ន្ធមិនចង់ធ្វើអ្វីទាល់តែសោះ។ ការងាររដ្ឋបាលសង្គមធ្វើឲ្យ ងាយមានអារម្មណ៍នេះឆ្នាំ ។ ចាប់ពី ដើមខែ លោកអ្នកគ្មានអារម្មណ៍បានសុខនោះទេ ។ តែក្រោយថ្ងៃទី ១៣ អារម្មណ៍នឹងបានផ្លាស់ប្តូរមុខងារការងារមានផលល្អប្រសើរឡើង ។ ក្រោយថ្ងៃទី២១ ផលចំណូលអាចស្រកស្រុតចុះ ។

ឆ្នាំខោយ មានអ្នកធំល្អក្នុងជួរជ្រោមជ្រែងទទួលបានជោគជ័យគួរឲ្យពេញ ចិត្ត ។ ក្រៅពីជំនឿការងារចាស់មានភាពល្អនេះហើយនោះ ក៏នៅ មានការងារថ្មីៗហូរចូលមកទៀតផង ។ ក្រោយថ្ងៃទី១១ លោក អ្នកមានទំនុកចិត្តកាន់តែល្អឡើង និងក្រោយថ្ងៃទី២១ ទៅមានការងារថ្មីៗហូរចូល បន្ថែមទៀត ។

ឆ្នាំដោះ មានចិត្តរីករាយក្នុងការសម្រេចចិត្តធ្វើអ្វីមួយ ព្រោះភាគច្រើន។ ប្រឈមមុខជាមួយគូសត្រូវ ដែលស្ថានភាពបែបនេះទាមទារឲ្យ មានជំនឿចិត្តលើខ្លួនឯងទើបល្អ ។ រឿងលុយកាក់ពិតជាជួបការខ្វះ ខាត តែការងារព្រមព្រៀងគ្នាបែបជាងយល្អល្អបំផុត ។ នៅពាក់កណ្តាលខែ នេះ នឹងបានទទួលរបស់ណាមួយដែលខ្លួនប៉ិនប៉ងទុកដោយរមកហើយទៀតផង ។

ឆ្នាំរោង ស្ថានភាពលុយកាក់មិនមានដំណើរការល្អ ចិត្តគំនិតល្អកំករ មានជម្លោះនៅក្នុងសង្គមគ្រួសារងាយបំផុត ។ ក្នុងខែនេះមានលាភ បន្តិចបន្តួចតែត្រូវចាយលុយច្រើន ។ គោរពប្រយ័ត្នទៅលើគំនិតក៏ ប្រឡំលើនរណាម្នាក់ដោយមិនសមហេតុផល ។ មិនគួរធ្វើដំណើរទៅរករូបសំណន់ មិនទាន់រួច ។ រឿងស្នេហាមានការគាំទ្រពីចាស់ទុំ ។

ឆ្នាំឃ្លាញ លោកអ្នកជួបរឿងប្រល្នូលទៅរកផ្លូវល្អច្រើន ការដាក់ទុន រកស៊ីបានរីកចម្រើន អាចដោះស្រាយបញ្ហាជាច្រើនបានសម្រេច ។ បណ្តាអ្នកជួបជ្រោមជ្រែងផ្តល់គំនិតល្អ ដែលសុទ្ធសឹងជាផល ប្រយោជន៍ ។ តែមនុស្សដែលធ្លាប់ស្និទ្ធស្នាលពីមុនមកចាប់ផ្តើមឃ្លាតឆ្ងាយពី លោកអ្នកដោយមិនដឹងពីមូលហេតុ ។ រឿងស្នេហាមិនសូវល្អ ។

ឆ្នាំមី គ្រប់ការងារទាំងអស់មានផលរីកចម្រើនខ្លាំងបំផុត តែមួយ រយៈពេលមិនសូវមានការអត់ធ្មត់ ។ ក្រោយពីថ្ងៃទី១៣ទៅរឿងលុយ កាក់កាន់តែរីកចម្រើនជាងមុន ។ ការទំនាក់ទំនងកាន់តែប្រសើរ ការលក់ដូរកើនឡើងច្រើនហួសពីការស្មានទុក ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះរឿង ស្នេហាក៏បានសម្រេចតាមបំណងទៀតផង ។

ឆ្នាំច ភាពស្និទ្ធស្នាលរវាងបងប្អូនចាប់ឃ្លាតរយាលជាបណ្តោះអាសន្ន បញ្ហាសុខភាពជាមួយមិនសូវល្អ បើមានជំងឺឆាប់រាហ័ស ក៏ប៉ុន្តែបាន ល្អប្រសើរឡើងក្តីឈ្មោះកិត្តិយស ។ ការងារចរចាភាគច្រើនទទួល បានជោគជ័យនៅក្នុងភាគហ៊ុនមានភាពចុះសម្រុងគ្នា ។ ការងារជាមុនទទួល បានផលល្អគ្រប់បែបយ៉ាង តែបើមានមនុស្សពឹងពាក់លុយកាក់គួរបដិសេធ។

ឆ្នាំរក ជោគជ័យកាសីកំពុងស្រុតចុះបន្តបន្ទាប់ធ្វើឲ្យរឿងលុយកាក់ជួប នឹងបញ្ហាស្មុគស្មាញ ។ ទោះបីជាបែបនេះក្តី ក៏នៅមានរឿងល្អខ្លះៗ ហូរចូលផងដែរ ។ ការងារទំនាក់ទំនងអាចទុកជាបណ្តោះអាសន្ន ។ ប្រសិនបើមានរឿងសំខាន់ណាមួយត្រូវសម្រេចនោះ គោរពពិចារណាឲ្យម៉ត់ ចត់បន្តិច ។ ចុងខែកាន់តែជួបផលលំបាកទ្វេដង ។

ឆ្នាំរក ហាក់ជួបជាឃ្លាតឆ្ងាយពីសង្គមមិនសូវមានទំនាក់ទំនង ជាមួយអ្នកដទៃ ធ្វើឲ្យការជឿជាក់លើខ្លួនឯងថយចុះ ។ ក្នុងសង្គម គ្រួសារកើតមានបញ្ហាការកូសបន្តិចបន្តួច ។ តែគោរពចងចាំទុក ថា រាល់ការងារទំនាក់ទំនងទាំងអស់រៀបចំមុនពេលកើតជាជ័យ ដោយសារទប់ អារម្មណ៍មិនបាន ។ រឿងស្នេហាមានផលមិនសូវល្អ ។

ឆ្នាំច ការទំនាក់ទំនងមុខជំនួញបានល្អប្រសើរ ។ ចាប់ពីថ្ងៃទី៤ទៅអ្វីៗ សព្វបែបយ៉ាងនឹងបានផ្លាស់ប្តូរឡើងវិញច្រើន ដូច្នេះគួររុករះ សម្រេចការងារសំខាន់ៗឲ្យរួចមុនបំណាច់ខែនេះ ។ រាល់បញ្ហាទាំង អស់នឹងមានមនុស្សល្អក្នុងជួរជ្រោមជ្រែងដោយគ្មានសំណង ។ ចាប់ពីថ្ងៃទី២១ ទៅមាន ចំណូលពីការងារតែលាភផ្សេងសំណងគ្មាននោះទេ ។

ឆ្នាំកុរ ជីវិតប្រចាំថ្ងៃធ្លាក់ស្លឹកស្រព័ន្ធគ្មានភាពស្ងួតស្ងួត ទោះបីជាមាន វត្ថុជំនួយបន្តិចម្តងៗក៏ដោយចុះ ។ ក្នុងខែនេះមានមនុស្សមកទំនាក់ ទំនងច្រើនមានទាំងថ្មី និងចាស់មកបម្រុងគ្នា តែប្រសិនបើអ្នក នៅឃ្លាតឆ្ងាយពីអ្នកនោះ នឹងបានសេចក្តីសុខ ។ ក្នុងខែនេះលាភពី ការងារមិនសូវមាន តែលាភផ្សេងសំណងអាចទទួលបានខ្លះៗ ចំណែករឿង ស្នេហាមានទុក្ខ ។



របៀបសម្អាតប្រអប់ ជើង និងក្រចក

●●●មនុស្សភាគច្រើនតែងតែមើលរំលងចំពោះ ការថែទាំជើង ព្រោះយល់ថា ជើងគឺជាអវយវៈមួយដែល មិនសូវមាននរណាចាប់អារម្មណ៍ប៉ុន្មានឡើយ ។ បើ លោកអ្នកគិតយ៉ាងនេះ គឺមិនមែនជាការគិតត្រឹមត្រូវ ឡើយ ដូចនេះការថែទាំជើងមានជើង និងក្រចកជើង ស្អាត ឬកែសម្រួលជើងឲ្យល្អនោះ ក៏វាប្រសើរជាងជើង ដែលរើសគ្រាក និងកែសម្រួលស្លាកប្រេះដែរ ។ ម្យ៉ាងទៀត ការថែទាំជើង វាមិនមែនជាការពិបាក ឬត្រូវចំណាយ ពេលវេលាណាស់នោះទេ ។

ដូច្នេះសូមក្រសួងសុខាភិបាលជួយគ្នាថែទាំជើងឲ្យល្អ យ៉ាងហោចណាស់មួយសប្តាហ៍ម្តង ដើម្បីលើកកម្ពស់ សោភ័ណភាពជើង យើងមានដូចខាងក្រោមនេះ ៖

●ពេលដែលយើងលាងជើងឬក្រចកចេញហើយអ្នក អាចចាប់ផ្តើមខាត់ជើងរបស់អ្នកបាន ។ ត្រូវយកបាន ដែកដាក់ទឹកក្ដៅឡណ្ហ រួចចាក់អំបិលចូលបន្តិចបន្តួច មកដាក់ជើងចូលក្នុងបានដែកត្រាំមួយស្របក់ ។ យក ច្រាសសម្រាប់ខាត់ជើងមកខាត់ថ្មីៗឲ្យស្អាត ឬបើចង់ ឲ្យវាប្រសើរជាងនេះទៀតនោះអាចយកស្ពាន់សណ្តែកខ្ទឹម មួយស្លាបក្រាបាយ, ទឹកឃ្មុំបន្តិច និងទឹកក្រូចឆ្មារមួយ ស្លាបក្រាបាយមកក្របបញ្ចូលគ្នាឲ្យសព្វ រួចហើយយក មកខាត់ជើង ។ ធាតុផ្សំទាំងអស់នេះត្រូវធ្វើឲ្យជើងស្អាត អស់ជាតិកខ្វក់ហើយនោះ វាថែទាំជើងឲ្យរឹងរិតជើង របស់អ្នកទាំងអស់ គួរឲ្យចង់ស្លាបអង្កុលទៀតផង ។

វិធីសម្អាតប្រអប់

●ត្រូវត្រៀមទឹកក្ដៅឡណ្ហៗលាយជាមួយនឹងប្រេង អូលីវ រួចហើយដាក់ជើងត្រាំឲ្យបានប្រហែលជា៥នាទី។

●ពេលត្រាំ និងខាត់ជើងរួចហើយ ត្រូវយកកន្ត្រែកកាត់ ក្រចកមកកាត់ និងយកដែកអង្រួសក្រចកមករុករានក្រចក ឲ្យវាកាន់តែស្អាតថែមទៀត ។

●ត្រូវយកច្រាសសម្រាប់លាបជើងក្រចកមកលាប ស្រឡាបតាមក្រចកជើង រួចយកច្រាសលាបខ្លួនមកលាប ស្រឡាបជើងឲ្យសព្វ ។

●បើអ្នកចង់លាបថ្នាំក្រចកទៀត អ្នកត្រូវលើកពេល មួយយប់សិន ដើម្បីឲ្យក្រចកបានដកដង្ហើមខ្លះស្លែកឡើង សឹមលាបទើបជាការប្រសើរ ។

●ក្រៅពីការសម្អាត និងរក្សាទៅតាមដំណាក់កាល ដូចដែលបានរៀបរាប់មកខាងលើនេះហើយប្រសិនបើ ចង់ស្គាល់សភាពជើង និងកែសម្រួលជើងពីវិធីគ្រាកមកជា ទំនើបនោះ អ្នកត្រូវលាងជើងឲ្យស្អាតមុននឹងចូល ដំណេករៀងរាល់យប់ រួចយកច្រាសលាបខ្លួនមកលាបស្រឡាប ឲ្យសព្វលើជើង ជាពិសេសលាបត្រង់កែសម្រួលបានច្រើន ផង ។ ប៉ុណ្ណឹងមិនទាន់គ្រប់គ្រាន់ឡើយទេ គឺអ្នកត្រូវពាក់ ស្រោមជើងដេកផង ធ្វើយ៉ាងនេះឲ្យបានញឹកញាប់ស្បែក ប្រអប់ជើងរបស់អ្នកនឹងស្រស់ភ្លឺថ្លាមិនខានឡើយ ។



សក់ស្លុតកាន់តែដកកាន់តែដុះមែនទេ?

●●●ក្នុងរយៈពេលបច្ចុប្បន្នមានសក់ស្លុតយើង រមែងគិតថា មិនហ៊ានដកសក់ចេញ ព្រោះជឿថា ពេលដែលដកសក់ស្លុតចេញរោគសក់ស្លុតនឹងរីក កញ្ឆកកាន់តែច្រើនឡើង ឬកើតចេញប្លុកសក់ស្លុត ដែលយើងបានដកចេញនោះកើតឡើងវិញ រហូតធ្វើ ឲ្យកើតសក់ស្លុតពេញក្បាល ។

ប៉ុន្តែការពិតប្លុកសក់ស្លុតមួយសរសៃនឹងសាងសក់ ១សរសៃ ហើយចំពោះការដកសក់ស្លុតមួយសរសៃ ចេញ វាមិនអាចធ្វើឲ្យសរសៃសក់ដុះឡើងបន្ថែមបានវិញ នោះទេ ដូច្នេះការដែលជឿថា កាន់តែដកសក់ស្លុតកាន់តែ ដុះនោះមិនមែនជាការពិតទេ តែសក់ស្លុតដែលដុះ បន្ថែមឡើងទៀតនោះ គឺកើតចេញឡើងពីមូលហេតុ ផ្សេងៗទៀត ដែលអាចកើតមានទៅតាមសុខភាព និងវិធានរបស់យើង ។

ដើម្បីការពារចំពោះមូលហេតុមុនពេលស្លុតដុះមុន វិធាននោះ យើងគួរថែរក្សាសរសៃសក់ដែលដុះខ្ចី ដោយការទទួលទានអាហារដែលមានប្រយោជន៍ ដូចជា ល្អខ្មៅ ជាដើមដើម្បីបំប៉នសរសៃសក់ ប៉ុន្តែបើស្លុត ដុះច្រើន ហើយអ្នកមិនសប្បាយចិត្តយើងអាចលាប ឬជ្រលក់ពណ៌ខ្មៅដ៏ទូលំទូលាយមិនជាបញ្ហាអ្វីទេ ។

Yoo's Auto Service and Collision

យូ ប៊ីសេវ័រថយន្ត

ផ្តល់សេវាថ្មីៗដល់អតិថិជន

**FREE
ESTIMATES**

យើងនឹងជួយដល់ការថ្លៃថ្នូរដ៏មានតម្លៃបំផុត ឱ្យបានប្រសើរបំផុត តាមតែយើងធ្វើបាន ដើម្បីសុវត្ថិភាពលោកអ្នក មិនឱ្យខុសចិត្តឡើយ ។



189 W. Duncannon Ave. Phila., PA 19120

ទូរស័ព្ទរក SAM 215-457-7777 ឬ 215-457-7779, Fax-215-457-7475

COUPON

\$10 OFF TOWARD EMISSION
AND STATE INSPECTION
Khmer Post

ព័ត៌មានបន្ថែម

Check Engine Light Diagnostic
Electronic Wheel Alignment
Certified Enhanced Emission
Inspection & Repairs
Muffler & More

ព័ត៌មានបន្ថែម

Expert Body Work
Fender & Paint Work
Frame Straightening
Insurance Specialists

HIRING. Bedford, PA.

Sports bar/restaurant on Hanscom AFB/
Bedford area. Hiring waiters/waitresses
and kitchen helper. \$8-\$8.50/hr
starting + tips. Flexible hours.

Contact Jolene 808-627-2678.



ការិយាល័យមេធាវី ដ័រីង និង ប័រុស្គី
**LAW OFFICE DOERING
& BOROWSKY, LLC**

សេវាកម្មការពារច្បាប់យោធន៍លោកអ្នក
ក្រោយពីបានជួបប្រជុំជាមួយ :

- ករណីបើកបរពាណិជ្ជកម្ម និងផ្ទេរប្រាក់ក្នុងមុខជំនួញ
- ករណីទិញលក់អចលនវត្ថុ ដូចជាផ្ទះសម្បែង ដីធ្លីជាដើម
- វិសោធន៍កិច្ចសន្យា
- ករណីអន្តោប្រវេសន៍

ប្រាប់មានបទពិសោធន៍ខ្ពស់ - ផ្តល់សេវា
ជូនតាមការជ្រើសរើសយោបល់សមរម្យ
ឲ្យបានល្អ - យើងអាចមានអ្នកបកប្រែ
ភាសាជនជាតិលោកអ្នកបាន ។



General practice law office handling matters in :
Corporations and business Transactions

Real Estate
Work Place discriminations
Immigration

Experienced, professional service and reasonable rate Interpreter available

Office: (215) 667-8118 1650 Market st. Ste 3600 Philadelphia, PA 19103
Cell: (215) 840-1364; Email: dblawyers@gmail.com

ខ្មែរប៊ុស្តិ៍

"ខ្មែរប៊ុស្តិ៍" ត្រូវការជ្រើសរើសបុគ្គលិកផ្នែកទីផ្សារ នៅតំបន់ឡូរីល និងប្រូវីដិន
មានកំរិតខ្ពស់ បើមានចំណាប់អារម្មណ៍សូមទំនាក់ទំនងមក :

សូប៊ិន : (267) 253-3947, ស៊ែម : (781) 244-0522



Business For Sale

6 months Opening.
\$10,000 including Inventory.
Contact:
Ms. Minh : 267-205-5398
Vivi : 267-205-6876

1136s.11th Street Philadelphia, PA 19147
215-218-3288

Open 7days : 10AM-10PM

បំណុលទិញបញ្ចាំការសេវាខ្មែរប៊ុស្តិ៍

ឈ្មោះ : និងអាសយដ្ឋានរបស់

ឈ្មោះ :

អាសយដ្ឋាន :

ខ្លឹមសារ :

- ☐ ការសេវាខ្មែរប៊ុស្តិ៍ ១ខែ មាន២លេខ ៦ខែ \$30 ១២ខែ \$60 ឬ \$70 អ្វីៗ សម្រាប់អ្វីៗ
 - ☐ សៀវភៅឈ្មោះ : តម្លៃ \$
 - ☐ ស៊ីឌីប្រវត្តិសាស្ត្រខ្មែរ ៤ ម៉ោង តម្លៃមួយសិត \$30
- ខ្ញុំប្រាប់លោក ឬ មន្ត្រីអជ្ញា មក U.A.M.G តម្លៃ \$
- ផ្ញើមក U.A.M.G 438 LINDLEY AVE. PHILADELPHIA, PA 19120
- Phone : 267-253-3947

សមាគមប្រជាជនអាស៊ាន

វិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ

ទី១ - ព្រះសីហនុ - ខ្ពង់រាប - ឃ្លាត្រាត្រា - ភូមិសាស្ត្រ - ភូមិសាស្ត្រ - ភូមិសាស្ត្រ

ព្រឹក្សា ខែចេតស័ក ឆ្នាំ ឆ្នាំ ២០១១

ព័ត៌មានបន្ថែមប្រសិនបើអ្នកចង់ដឹង:
email: KCPCLynn@gmail.com
call: 781-780-7457
or find us on Facebook!

ថ្ងៃទី ១១ ខែកើត ឆ្នាំ ឆ្នាំ ២០១១
ទីកន្លែង: Lynn Common
អាសយដ្ឋាន: ៧ គ្រឹះស្ថាន



ឧបត្ថម្ភដោយ:

Join the Khmer Cultural Planning Committee and the Greater Lynn Community for the 10th annual

KHMER NEW YEAR Celebration and Community Fair

DANCE - MUSIC - FOOD - GAMES - HEALTHY SCREENS - RESOURCES - CULTURE

SATURDAY

APRIL 30 2011

LYNN COMMON

11am - 5pm

PARADE starts 9am

Where: Downtown Lynn, MA (between Lynn St. and Lynn Ave.)

For INFO or to VOLUNTEER
email: KCPCLynn@gmail.com
call: 781-780-7457
or find us on Facebook!



BROUGHT TO YOU BY:



Massachusetts Council on Compulsive Gambling

We understand the problem. We can help.

ក្រុមប្រឹក្សារដ្ឋម៉ាសាឈូសេតសំរាប់ ការញៀនល្បែងស៊ីសង

ប្រសិនបើលោកអ្នក ឬនរណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់
មានបញ្ហាញៀនល្បែងស៊ីសង សូមទូរស័ព្ទមកលេខ
ខាងក្រោម អាចជួយជាអ្នកសម្ងាត់ ហើយ
សួររកសៀវភៅសម្រាប់ឱ្យអាចជួយខ្លួនឯងបាន
ជាភាសាខ្មែរដោយឥតគិតថ្លៃ

1-857-383-3577

ថ្វីបើមានបញ្ហាប្រឈមក្នុងការញៀនល្បែងស៊ីសង
www.asianproblemgambling.org



(Continued from
page 15)

Cambodian New Year...

ត្រូវនៅ ឡើយលេ និង លើ



ត្រូវនៅ វិវេ

